



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 28 января 2025г  
 Возрастная категория: 3 - 7 лет  
 Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калории порции	
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	203	
	Бутерброд с маслом	40	115	
	Кофейный напиток	180	71	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>420</b>	<b>389</b>	
Второй завтрак	Фрукты	100	44	
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>44</b>	
Обед	Суп с бобовыми	180	78	
	Биточки рыбные	70	79	
	Капуста тушеная	130	82	
	Икра кабачковая	60	56	
	Хлеб пшеничный	20	53	
	Хлеб ржаной	50	74	
	Компот из сухофруктов	200	80	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>710</b>	<b>534</b>	
	Полдник углеотенный	Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	147
		Хлеб пшеничный	20	53
Чай с лимоном		180	41	
Печенье		100	175	
<b>Итого за полдник углеотенный:</b>		<b>450</b>	<b>416</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1680</b>	<b>1383</b>	



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 28 января 2025г  
 Возрастная категория: 1-3 года, 3 - 7 лет  
 Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции	
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/200	175/203	
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115	
	Кофейный напиток	150/180	59/71	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>330/420</b>	<b>326/388</b>	
Второй завтрак	Фрукты	100/100	44/44	
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100/100</b>	<b>44/44</b>	
Обед	Суп с бобовыми	150/180	65/78	
	Биточки рыбные	50/70	56/79	
	Капуста тушеная	110/130	69/82	
	Икра кабачковая	40/60	37/56	
	Хлеб пшеничный	15/20	40/53	
	Хлеб ржаной	40/50	59/74	
	Компот из сухофруктов	150/200	55/80	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>555/710</b>	<b>382/534</b>	
	Полдник	Картофель, запеченный в сметанном соусе	100/150	98/147
		Хлеб пшеничный	15/20	40/53
Чай с лимоном		150/180	29/41	
<b>Итого за полдник</b>		<b>265/350</b>	<b>176/241</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1250/1580</b>	<b>919/1207</b>	