



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 29 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 рисовая молочная	150/200	127/203
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Какао с молоком	150/180	89/107
	Итого за завтрак:	330/420	307/425
Второй завтрак	Сок	150/150	69/69
	Итого за второй завтрак:	150/150	69/69
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	63/84
	Птица тушеная в соусе с овощами	180/230	124/160
	Салат из свежых отварной	30/50	27/44
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из фруктов	150/200	74/88
Итого за обед:	580/770	427/557	
Полдник	Оладьи	65/130	167/330
	Молоко кипяченое	150/180	85/102
	Итого за полдник	215/310	252/432
Итого за день:	1275/1650	1055/1483	



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 29 января 2025г**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	203
	Бутерброд с маслом	40	115
	Какао с молоком	180	107
	Итого за завтрак:	420	425
Второй завтрак	Сок	150	69
	Итого за второй завтрак:	150	69
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	84
	Птица тушеная в соусе с овощами	230	160
	Салат из свежых отварной	50	44
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из фруктов	200	88
Итого за обед:	770	557	
Полдник уплотненный	Оладьи	130	330
	Молоко кипяченое	180	102
	Сыр (порциями)	15	54
Итого за полдник уплотненный:	325	486	
Итого за день:	1655	1537	