



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 30 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 пшениная молочная	200	203
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
	Итого за завтрак:	420	389
Второй завтрак	Фрукты	100	44
	Итого за второй завтрак:	100	44
Обед	Рассольник Ленинградский	180	110
	Биточки рыбные, соус томат.	70/30	100
	Картофельное пюре	130	120
	Салат из свежкы с огурц. сол.	60	52
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Кисель	180	8
	Итого за обед:	740	640
	Пирожок с капустой	50	129
	Чай с лимоном	180	41
Полдник уплотненный	Вареное яйцо	40	63
	Макароны отварные	130	126
	Итого за полдник уплотненный:	400	359
	Итого за день:	1660	1432

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 30 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 пшениная молочная	150/200	158/203
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	Итого за завтрак:	330/420	308/389
Второй завтрак	Фрукты	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
Обед	Рассольник Ленинградский	150/180	87/110
	Биточки рыбные, соус томатный	50/20/70/30	70/100
	Картофельное пюре	110/130	101/120
	Салат из свежкы с огурц. сол	40/60	35/52
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Кисель	150/180	67/80
	Итого за обед:	590/740	499/640
	Пирожок с капустой	50/50	129/129
	Чай с лимоном	150/180	29/41
Полдник	Вареное яйцо	40/40	63/63
	Итого за полдник	240/270	240/285
	Итого за день:	1260/1530	1061/1306