

**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 24 марта 2025г**

Возрастная категория: 1-3 года, 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции (если/сад) | Калорийность порции |
|--------------------------|---------------------------------|-------------------------|---------------------|
| Завтрак | Каша пшенная молочная | 150/200 | 158/203 |
| | Бутерброд с маслом | 30/40 | 91/115 |
| | Чай с лимоном | 150/180 | 29/41 |
| Итого за завтрак: | | 330/420 | 278/359 |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 100/100 | 44/44 |
| | Итого за второй завтрак: | 100/100 | 44/44 |
| | Рассольник Ленинградский | 150/180 | 87/110 |
| Обед | Рыбная котлета | 50/70 | 75/102 |
| | Картофель отварной | 105/155 | 108/146 |
| | Икра кабачковая | 40/60 | 31/47 |
| | Хлеб пшеничный | 30/40 | 80/106 |
| | Хлеб ржаной | 40/50 | 59/74 |
| | Кисель | 150/180 | 67/80 |
| Итого за обед: | | 565/735 | 507/665 |
| Полдник | Оладьи | 65/130 | 167/330 |
| | Кофейный напиток | 150/180 | 59/71 |
| | Итого за полдник | 215/385 | 226/527 |
| Итого за день: | | 1210/1640 | 1055/1595 |



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 24 марта 2025г**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | Калорийность порции |
|--------------------------|---------------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак | Каша пшенная молочная | 200 | 203 |
| | Бутерброд с маслом | 40 | 115 |
| | Чай с лимоном | 180 | 41 |
| Итого за завтрак: | | 420 | 359 |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 100 | 44 |
| | Итого за второй завтрак: | 100 | 44 |
| | Рассольник Ленинградский | 180 | 110 |
| Обед | Рыбная котлета | 70 | 102 |
| | Картофель отварной | 155 | 146 |
| | Икра кабачковая | 60 | 47 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 106 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 74 |
| | Кисель | 180 | 8 |
| Итого за обед: | | 735 | 665 |
| Полдник | Оладьи | 130 | 330 |
| | Кофейный напиток | 180 | 71 |
| | Сыр (порция) | 15 | 54 |
| Итого за полдник | | 325 | 455 |
| Итого за день: | | 1580 | 1523 |