



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 04 июня 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	Макароны отварные с сыром	120/160	198/270
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Чай с сахаром	150/180	28/40
	Итого за завтрак:	300/380	317/425
Второй завтрак	Сок фруктовый	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
	Борщ с фасолью	150/200	71/95
	Фрикадельки мяс. в соусе	120/160	164/200
Обед	Каша рассыпчатая	120/150	195/244
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	15/20	40/53
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
Полдник	Компот из сухофруктов	150/200	55/112
	Итого за обед:	625/830	591/790
	Яйца вареные	20/20	32/32
	Икра кабачковая	40/60	33/56
Итого за день:	Хлеб пшеничный	15/20	40/53
	Чай с лимоном	150/180	28/40
	Итого за полдник	220/280	133/181
	Итого за день:	1245/1590	1085/1440



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 04 июня 2025г

Возрастная категория: 3 - 7 лет
Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Макароны отварные с сыром	160	270
	Бутерброд с маслом	40	115
	Чай с сахаром	180	40
	Итого за завтрак:	380	425
Второй завтрак	Сок	100	44
	Итого за второй завтрак:	100	44
	Борщ с фасолью	200	95
	Фрикадельки мясные в соусе	160	200
Обед	Каша рассыпчатая	150	244
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	20	53
	Хлеб ржаной	50	74
Полдник	Компот из сухофруктов	200	112
	Итого за обед:	830	790
	Яйца вареные	20	32
	Икра кабачковая	60	56
Итого за день:	Хлеб пшеничный	20	53
	Чай с лимоном	180	40
	Сыр (порциями)	15	54
	Итого за полдник, уплотненный:	295	235
Итого за день:	Итого за день:	1605	1494