



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 22 июля 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 гречневая молочная	150/200	154/205
	Бутерброд с маслом	30/40	94/117
	Какао с молоком	150/180	104/126
	Итого за завтрак:	330/420	352/448
Второй завтрак	Фрукты	100/100	46/46
	Итого за второй завтрак:	100/100	46/46
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	72/87
Обед	Биточки припущенные	50/70	187/262
	Рагу из овощей	110/130	97/113
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	15/20	35/47
	Хлеб ржаной	40/50	81/102
	Компот из свежих фруктов	150/200	39/45
	Итого за обед:	545/720	521/669
Полдник	Омлет натуральный	65/85	136/169
	Икра кабачковая	40/60	34/51
	Хлеб пшеничный	15/20	35/47
	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Итого за полдник:	270/345	235/308
	Итого за день:	1245/1585	1153/1471



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 22 июля 2025г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийн ость порции
Завтрак	Каша гречневая молочная	200	205
	Бутерброд с маслом	40	117
	Какао с молоком	180	126
	Итого за завтрак:	420	448
Второй завтрак	Фрукты	100	46
	Итого за второй завтрак:	100	46
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	87
Обед	Биточки припущенные	70	262
	Рагу из овощей	130	113
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	20	47
	Хлеб ржаной	50	102
	Компот из свежих фруктов	200	45
	Итого за обед:	720	669
Полдник уплотненный	Омлет натуральный	85	169
	Икра кабачковая	60	51
	Хлеб пшеничный	20	47
	Чай с лимоном	180	41
	Яблоко	100	46
	Итого за полдник уплотненный:	445	354
	Итого за день:	1685	1517