

Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
«Дельфин»
Мещеряков М.В. Тополевская

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Дельфин» №15 «Дельфин»
на 20 октября 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	198/243
	Бутерброд с маслом	30/40	94/117
	Чай с сахаром	150/180	28/40
	Итого за завтрак:	300/380	320/400
Второй завтрак	Сок	100/100	43/43
	Итого за второй завтрак:	100/100	43/43
	Ци	150/200	56/74
	Биточки рыбные	50//70	78/109
Обед	Каша рассыпчатая	100/150	201/251
	Овощи натуральные	30/50	4/7
	Хлеб пшеничный	30/40	71/95
	Хлеб ржаной	40/50	82/102
	Кисель	150/180	87/105
Полдник	Итого за обед:	570/740	579/742
	Оладьи	65/130	190/381
	Кофейный напиток	150/180	71/93
	Итого за полдник	215/310	292/504
Итого за день:		1185/1530	1234/1690

Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
«Дельфин»
Мещеряков М.В. Тополевская

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Дельфин» №15 «Дельфин»
на 20 октября 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	243
	Бутерброд с маслом	40	117
	Чай с сахаром	180	40
	Итого за завтрак:	380	400
Второй завтрак	Сок	100	43
	Итого за второй завтрак:	100	43
	Ци	180	74
	Биточки рыбные	70	109
Обед	Каша рассыпчатая	150	251
	Овощи натуральные	50	7
	Хлеб пшеничный	40	95
	Хлеб ржаной	50	102
	Кисель	180	105
Полдник	Итого за обед:	740	742
	Оладьи	130	381
	Кофейный напиток	180	93
	Каша геркулесовая молочная	200	255
Итого за полдник, углеотенный:		510	759
Итого за день:		1730	1945