

Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад №15 «Дельфин»
М.В. Голышкая

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 30 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	Каша геркулесовая молочная	150/200	191/242
	Бутерброд с маслом	30/40	94/117
	Кофейный напиток	150/180	71/93
	Итого за завтрак:	330/420	356/452
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	43/43
	Итого за второй завтрак:	100/100	43/43
	Суп с фрикадельками	150/15-180/18	91/108
Обед	Рыба, запеч. в смет. соусе	60/80	67/89
	Картофельное пюре	110/130	100/119
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	71/95
	Хлеб ржаной	40/50	82/102
	Компот из сухофруктов	150/200	27/31
	Итого за обед:	585/748	445/556
Полдник	Ватрушка с повидлом	60/80	201/268
	Молоко кипяченое	150/180	127/152
	Итого за полдник	210/260	327/420
	Итого за день:	1225/1528	1171/1528

Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад №15 «Дельфин»
М.В. Голышкая

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 30 октября 2025г

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

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	242
	Бутерброд с маслом	40	117
	Кофейный напиток	180	93
	Итого за завтрак:	420	452
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	43
	Итого за второй завтрак:	100	43
	Суп с фрикадельками	180/18	108
Обед	Рыба, запеченная в смет. соусе	80	89
	Картофельное пюре	130	119
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	95
	Хлеб ржаной	50	102
	Компот из сухофруктов	200	31
	Итого за обед:	748	556
Полдник	Ватрушка с повидлом	80	268
	Молоко кипяченое	180	152
	Сыр (порциями)	15	53
	Итого за полдник уплотненный:	275	473
	Итого за день:	1543	1524