

**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 19 января 2026г**



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	200	203
	Бутерброд с маслом	40	115
	Чай с сахаром	180	41
	Итого за завтрак:	420	359
Второй завтрак	Сок	100	44
	Итого за второй завтрак:	100	44
	Рассольник Ленинградский	180	110
	Рыба, запеченная в омлете	80	102
Обед	Рис отварной	130	200
	Икра кабачковая	60	47
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Кисель	180	80
	Итого за обед:	720	719
Полдник	Оладьи	130	381
	Кофейный напиток	180	71
	Сыр (порция)	15	54
	Итого за полдник	325	506
Итого за день:		1565	1628

**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 19 января 2026г**



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

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (всл/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Макароны отварные с сыром	150/200	192/203
	Бутерброд с маслом	30/40	112/115
	Чай с сахаром	150/180	28/41
	Итого за завтрак:	330/420	332/359
Второй завтрак	Сок	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
	Рассольник Ленинградский	150/180	87/110
	Рыба, запеченная в омлете	60/80	75/102
Обед	Рис отварной	110/130	158/200
	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:	580/720	557/719
Полдник	Оладьи	65/130	190/381
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	Итого за полдник	215/310	249/452
Итого за день:		1225/1550	1123/1574