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

Ежедневное меню основного (организованного)питания
МБДОУ г.Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 30 марта 2026г

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	Макароны отварные с сыром	150/200	192/203
	Бутерброд с маслом	30/40	112/115
	Чай с молоком	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**
Обед	Рассольник Ленинградский	150/180	87/110
	Рыба, запеченная в омлете	60/80	75/102
	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**

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

Ежедневное меню основного (организованного)питания
МБДОУ г.Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 30 марта 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 молоком	180	41
	Итого за завтрак:	**420**	**359**
Второй завтрак	Сок	100	44
	Итого за второй завтрак:	**100**	**44**
Обед	Рассольник Ленинградский	180	110
	Рыба, запеченная в омлете	80	102
	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 уплотненный	Оладьи	130	381
	Кофейный напиток	180	71
	Сыр (порцияи)	15	54
	Итого за полдник уплотненный:	**325**	**506**
	Итого за день:	**1565**	**1628**