

**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 31 марта 2026г**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калории порции
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	203
	Бутерброд с маслом	40	115
	Какао с молоком	180	107
Итого за завтрак:		420	425
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	69
	Итого за второй завтрак:	100	69
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	84
	Птица тушеная в соусе с овощами	230	160
	Салат из свежлы отварной	50	44
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
Компот из фруктов		200	88
Итого за обед:		770	557
Полдник	Ватрушка с повидлом	70	230
	Кипяченое молоко	180	171
	Фрукты и ягоды свежие	100	44
Итого за полдник:		360	445
Итого за день:		1670	1561



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 31 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	Каша рисовая молочная	150/200	127/203
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Какао с молоком	150/180	89/107
Итого за завтрак:		330/420	307/425
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	69/69
	Итого за второй завтрак:	100/100	69/69
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	63/84
	Птица тушеная в соусе с овощами	180/230	124/160
	Салат из свежлы отварной	30/50	27/44
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
Компот из фруктов		150/200	74/88
Итого за обед:		580/770	427/557
Полдник	Ватрушка с повидлом	50/70	173/230
	Кипяченое молоко	150/180	128/171
	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
Итого за полдник:		210/2310	301/401
Итого за день:		1235/1570	1151/1516

