

**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 21 мая 2026г**

Возрастная категория: сад 3 - 7 лет



Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	247
	Бутерброд с маслом	40	117
	Кофейный напиток	180	92
	Итого за завтрак:	420	456
Второй завтрак	Сок	100	43
	Итого за второй завтрак:	100	43
	Суп с мясными фрикадельками	180	147
	Рыба, тушеная с овощами	80	104
Обед	Картофельное пюре	130	129
	Салат из конс.горошка	60	52
	Хлеб пшеничный	40	94
	Хлеб ржаной	50	88
	Компот из фруктов	200	42
	Итого за обед:	740	656
Полдник	Ватрушка с творогом	80	272
	Молоко кипяченое	180	94
	Омлет натуральный	85	178
	Итого за полдник:	345	544
	Итого за день:	1605	1699

**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 21 мая 2026г**

Возрастная категория: ясли 1-3 года



Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша геркулесовая молоч.	150	196
	Бутерброд с маслом	30	97
	Кофейный напиток	150	73
	Итого за завтрак:	330	366
Второй завтрак	Сок	100	43
	Итого за второй завтрак:	100	43
	Суп с мясными фрикадельками	150	122
	Рыба, тушеная с овощами	60	86
Обед	Картофельное пюре	110	107
	Салат из конс.горошка	40	33
	Хлеб пшеничный	30	71
	Хлеб ржаной	40	71
	Компот из фруктов	150	33
	Итого за обед:	580	423
Полдник	Ватрушка с творогом	60	215
	Молоко кипяченое	150	81
	Омлет натуральный	65	141
	Итого за полдник:	275	437
	Итого за день:	1285	1269