



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Гельфин»**  
 на 05 мая 2023г  
 Возрастная категория: 3 - 7 лет  
 Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калории йность порции
Завтрак	Запеканка со стуженным молоком	100/20	349
	Бутерброд с маслом	40	115
	Какао	180	107
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>340</b>	<b>571</b>
Второй завтрак	Ряженка	150	90
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>150</b>	<b>90</b>
	Суп крестьянский	180	103
Обед	Котлеты из говядины, соус томатный	70/30	213
	Каша рассыпчатая	130	200
	Консерв. огурцы	30	4
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>730</b>	<b>812</b>
Полдник углеотненный	Пряник (2 шт)	100	350
	Сок	180	83
	Яблоко	100	44
<b>Итого за полдник углеотненный:</b>		<b>380</b>	<b>477</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1600</b>	<b>1950</b>



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Гельфин»**  
 на 05 мая 2023г  
 Возрастная категория: 1-3 года, 3 - 7 лет  
 Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (ясги/сад)	Калорий ность порции
Завтрак	Запеканка со стуженным молоком	70/20-100/20	244/349
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Какао	150/180	89/107
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>270/340</b>	<b>424/571</b>
Второй завтрак	Молоко кипяченое	130/150	74/85
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>130/150</b>	<b>74/85</b>
	Суп крестьянский	150/180	82/103
Обед	Котлеты из говядины, соус томатный	50/20/70/30	156/213
	Каша рассыпчатая	110/130	180/200
	Консерв. огурцы	20/30	3/4
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из сухофруктов	150/200	55/112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>570/730</b>	<b>615/812</b>
Полдник	Пряник	50/50	175/175
	Сок	150/180	69/83
	Яблоко	100/100	44/44
<b>Итого за полдник</b>		<b>300/330</b>	<b>288/302</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1270/1550</b>	<b>1401/1770</b>