



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 20 июня 2023г

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

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (всгн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	120/200	158/211
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>300/380</b>	<b>308/397</b>
Второй завтрак	Фрукты	100/100	44/44
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100/100</b>	<b>44/44</b>
Обед	Суп с мясными фрикадельками	150/15-180/18	88/106
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60/80	70/95
	Картофельное пюре	110/130	101/120
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	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>585/748</b>	<b>461/625</b>
Полдник	Вареники ленивые	65/110	144/218
	<i>Чай/молоко кизилевое</i>	150/180	85/102
	<b>Итого за полдник</b>	<b>215/290</b>	<b>229/320</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1230/1558</b>	<b>1043/1386</b>



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 20 июня 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	211
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>380</b>	<b>397</b>
Второй завтрак	Фрукты	100	44
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>44</b>
Обед	Суп с мясными фрикадельками	180/18	106
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	95
	Картофельное пюре	130	120
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
Компот из сухофруктов		200	112
<b>Итого за обед:</b>		<b>748</b>	<b>625</b>
Полдник	Вареники ленивые	110	218
	Молоко кипяченое	180	102
	Сыр (порциями)	15	54
<b>Итого за полдник</b>		<b>305</b>	<b>374</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1573</b>	<b>1440</b>