



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 22 июня 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калории
		порции	калорийность порции	
Завтрак	Каша манная молочная	200	144	420
	Бутерброд с маслом	40	115	
	Кофейный напиток с молоком	180	71	
Итого за завтрак:		420	329	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44	100
	Суп картофельный с бобовыми	180	78	
	Котлеты рыбные	70	79	
Обед	Рис отварной с овощами	130	159	700
	Овощи натуральные	50	12	
	Хлеб пшеничный	40	106	
	Хлеб ржаной	50	74	
	Кисель из повидла	180	80	
Итого за обед:		700	588	
Подник уплотненный	Пирожки печеные с повидлом	80	213	390
	Чай с лимоном	180	41	
	Макаронные изделия отварные	130	200	
Итого за подник:		390	379	
Итого за день:		1610	1341	



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 22 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 (ясли/сад)		Калорийность порции
		ясли/сад	калорийность порции	
Завтрак	Каша манная молочная	150/200	102/144	330/420
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115	
	Кофейный напиток с молоком	150/180	59/71	
Итого за завтрак:		330/420	252/329	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44	100/100
	Суп картофельный с бобовыми	150/180	65/78	
	Котлеты рыбные	50/70	56/79	
Обед	Рис отварной с овощами	110/130	135/159	560/700
	Овощи натуральные	30/50	7/12	
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106	
	Хлеб ржаной	40/50	59/74	
	Кисель из повидла	150/180	67/80	
Итого за обед:		560/700	469/588	
Подник	Пирожки печеные с повидлом	60/80	160/213	210/260
	Чай с лимоном	150/180	29/41	
	Макаронные изделия отварные	130/180	189/254	
Итого за подник:		210/260	189/254	
Итого за день:		1200/1480	954/1216	