



Утверждено Отделом организации питания МБДОУ г. Керчи РК  
и.о. заведующей отделом организации питания МБДОУ г. Керчи РК  
Детский сад №15 «Дельфин»  
К.И. Петрова

МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
на 29 июня 2023г

Ежедневное меню основного (организованного) питания

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 пшениная молочная          | 150/200                 | 158/203             |
|                          | Бутерброд с маслом              | 30/40                   | 91/115              |
|                          | Кофейный напиток                | 150/180                 | 59/71               |
|                          | <b>Итого за завтрак:</b>        | <b>330/420</b>          | <b>308/389</b>      |
| Второй завтрак           | Плоды и ягоды свежие            | 100/100                 | 44/44               |
|                          | <b>Итого за второй завтрак:</b> | <b>100/100</b>          | <b>44/44</b>        |
|                          | Щи из свежей капусты            | 150/200                 | 46/68               |
|                          | Биточки рыбные, соус том.       | 50/20/70/30             | 70/100              |
| Обед                     | Картофельное пюре               | 110/130                 | 101/120             |
|                          | 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               |
|                          | <b>Итого за обед:</b>           | <b>580/750</b>          | <b>430/559</b>      |
| Полдник                  | Оладьи                          | 65/130                  | 183/335             |
|                          | Чай с лимоном                   | 150/180                 | 29/41               |
|                          | Вареное яйцо                    | 40/40                   | 63/63               |
|                          | <b>Итого за полдник</b>         | <b>255/350</b>          | <b>275/434</b>      |
| <b>Итого за день:</b>    |                                 | <b>1265/1620</b>        | <b>1057/1425</b>    |



Утверждено Отделом организации питания МБДОУ г. Керчи РК  
и.о. заведующей отделом организации питания МБДОУ г. Керчи РК  
Детский сад №15 «Дельфин»  
К.И. Петрова

МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
на 29 июня 2023г

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

| Наименование приема пищи             | Наименование блюда              | Масса порции | Калорийность порции |
|--------------------------------------|---------------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак                              | Каша пшениная молочная          | 200          | 203                 |
|                                      | Бутерброд с маслом              | 40           | 115                 |
|                                      | Кофейный напиток                | 180          | 71                  |
|                                      | <b>Итого за завтрак:</b>        | <b>420</b>   | <b>389</b>          |
| Второй завтрак                       | Плоды и ягоды свежие            | 100          | 44                  |
|                                      | <b>Итого за второй завтрак:</b> | <b>100</b>   | <b>44</b>           |
|                                      | Щи из свежей капусты            | 200          | 68                  |
|                                      | Биточки рыбные, соус том.       | 70/30        | 100                 |
| Обед                                 | Картофельное пюре               | 130          | 120                 |
|                                      | Овощи натуральные               | 50           | 12                  |
|                                      | Хлеб пшеничный                  | 40           | 106                 |
|                                      | Хлеб ржаной                     | 50           | 74                  |
|                                      | Кисель из повидла               | 180          | 80                  |
|                                      | <b>Итого за обед:</b>           | <b>750</b>   | <b>559</b>          |
| Полдник уполотненый                  | Оладьи                          | 130          | 335                 |
|                                      | Чай с лимоном                   | 180          | 41                  |
|                                      | Вареное яйцо                    | 40           | 63                  |
|                                      | Каша геркулесовая молочная      | 200          | 126                 |
| <b>Итого за полдник уполотненый:</b> |                                 | <b>550</b>   | <b>645</b>          |
| <b>Итого за день:</b>                |                                 | <b>1820</b>  | <b>1636</b>         |