



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 03 июля 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) | Калорийность порции |
|--------------------------|---------------------------------|-------------------------|----------------------|
| Завтрак | Макаронны отварные с сыром | 120/160 | 198/270 |
| | Бутерброд с маслом | 30/40 | 91,3/114,6 |
| | Чай с сахаром | 150/180 | 28/40 |
| | Итого за завтрак: | 300/380 | 317,3/425,6 |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150/150 | 69/69 |
| | Итого за второй завтрак: | 150/150 | 69/69 |
| | Свекольник со сметаной | 150/180 | 58,2/69,8 |
| | Плов из отварной говядины | 150/200 | 264/352 |
| | Овощи натуральные | 30/50 | 7,2/12 |
| | Хлеб пшеничный | 30/40 | 79,6/106 |
| Обед | Хлеб ржаной | 40/50 | 59,4/74,2 |
| | Компот из сухофруктов | 150/200 | 54,9/111,8 |
| | Итого за обед: | 540/720 | 518,9/725,8 |
| | Булочка домашняя | 50/70 | 194,2/271,8 |
| Полдник | Кисломолочный продукт | 150/180 | 75/90 |
| | Яйца вареные | 20/20 | 31,5/31,5 |
| | Итого за полдник | 220/270 | 300,7/393,3 |
| | Итого за день: | 1210/1520 | 1205,9/1612,7 |



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 03 июля 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | Калорийность порции |
|--------------------------|---------------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак | Макаронны отварные с сыром | 160 | 270 |
| | Бутерброд с маслом | 40 | 114,6 |
| | Чай с сахаром | 180 | 40 |
| | Итого за завтрак: | 380 | 425,6 |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150 | 69 |
| | Итого за второй завтрак: | 150 | 69 |
| | Свекольник со сметаной | 180 | 69,8 |
| | Плов из отварной говядины | 200 | 352 |
| | Овощи натуральные | 50 | 12 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 106 |
| Обед | Хлеб ржаной | 50 | 74,2 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 111,8 |
| | Итого за обед: | 720 | 725,8 |
| | Булочка домашняя | 70 | 271,8 |
| Полдник | Кисломолочный продукт | 180 | 90 |
| | Каша молочная гречневая | 200 | 222,4 |
| | Итого за полдник | 470 | 615,7 |
| | Итого за день: | 1720 | 1835 |