



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 13 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 (всгн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша пшениная молочная	150/200	158/203
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	Итого за завтрак:	330/420	308/389
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	Щи из свежей капусты	150/200	46/68
	Биточки рыбные, соус том.	50/20/70/30	70/100
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
Обед	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:	580/750	430/559
	Оладьи	65/130	183/335
Полдник	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Вареное яйцо	40/40	63/63
	Итого за полдник	255/350	275/434
	Итого за день:	1265/1620	1057/1425



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 13 июля 2023г**

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
	Итого за завтрак:	420	389
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Щи из свежей капусты	200	68
	Биточки рыбные, соус том.	70/30	100
	Итого за второй завтрак:	100	44
Обед	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Кисель из повидла	180	80
	Итого за обед:	750	559
	Оладьи	130	335
Полдник	Чай с лимоном	180	41
	Вареное яйцо	40	63
	Каша геркулесовая молочная	200	126
	Итого за полдник	550	645
	Итого за день:	1820	1636