



Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 12 января 2023г.

Возрастная категория: 1-3 года, 3 - 7 лет
 Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (всгн/сал)	Энерг. ценность
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/200	
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5-25/5	
	Кофейный напиток на молоке	150/180	
	Итого за завтрак:	325/410	364/436
Второй завтрак	Яблоко	100	
	Итого за второй завтрак:	100/100	47/47
Обед	Рассольник со сметаной	150/200	
	Котлета мясная в томатном соусе	50/70	
	Картофельное пюре	110/130	
	Хлеб пшеничный	15/20	
	Хлеб ржаной	20/30	
	Кисель из ягод протертой	150/180	
	Итого за обед:	495/630	541/633
	Омлет натуральный	40/60	
	Икра свекольная	30/40	
	Хлеб пшеничный	15/20	
Чай	150/180		
	Итого за полдник	235/300	252/320
	Итого за день:	1155/1440	1204/1436



Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 12 января 2023г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет
 Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энерг. ценность
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	
	Кофейный напиток на молоке	180	
	Итого за завтрак:	410	436
Второй завтрак	Яблоко	100	
	Итого за второй завтрак:	100	47
Обед	Рассольник со сметаной	200	
	Котлета мясная в томатном соусе	70	
	Картофельное пюре	130	
	Хлеб пшеничный	20	
	Хлеб ржаной	30	
	Кисель из ягод протертой	180	
	Итого за обед:	630	633
	Омлет натуральный	60	
	Икра свекольная	40	
	Хлеб пшеничный	20	
Чай	180		
	Итого за полдник	325	380
	Итого за день:	1465	1496