



Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 16 января 2023г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12 часов

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энерг. ценность |
|-------------------------|----------------------------|-------------|-----------------|
| Завтрак | Макаронны отварные с сыром | 130 | |
| | Хлеб пшеничный с маслом | 25/5 | |
| | Чай | 180 | |
| | Итого за завтрак: | 340 | 420 |
| | Свекольник | 200 | |
| Обед | Плов с мясом | 130 | |
| | Хлеб пшеничный | 50 | |
| | Хлеб ржаной | 40 | |
| | Компот из сухофруктов | 180 | |
| | Итого за обед: | 600 | 580 |
| Полдник | Булочка | 70 | |
| | Кипяченое молоко | 150 | |
| | Каша гречневая молочная | 200 | |
| Итого за полдник | 420 | 400 | |
| Итого за день: | 1360 | 1400 | |



Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 16 января 2023г.

Возрастная категория: 1-3 года, 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5 часов

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда (ясн/сад) | Энерг. ценность |
|-----------------------|----------------------------|---------------------|-----------------|
| Завтрак | Макаронны отварные с сыром | 110/130 | |
| | Хлеб пшеничный с маслом | 20/5-25/5 | |
| | Чай | 150/180 | |
| | Итого за завтрак: | 285/340 | 310/420 |
| | Свекольник | 150/200 | |
| Обед | Плов с мясом | 110/130 | |
| | Хлеб пшеничный | 40/50 | |
| | Хлеб ржаной | 30/40 | |
| | Компот из сухофруктов | 150/180 | |
| | Итого за обед: | 480/600 | 450/580 |
| Полдник | Булочка | 50/70 | |
| | Кипяченое молоко | 130/150 | |
| | Итого за полдник | 180/220 | 210/260 |
| Итого за день: | 945/1160 | 970/1260 | |