



Ежедневное меню основного питания  
 МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
 на 30 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	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>340</b>	<b>410</b>
	Свекольник	200	
Обед	Плов с мясом	130	
	Хлеб пшеничный	50	
	Хлеб ржаной	40	
	Компот из сухофруктов	180	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>600</b>	<b>650</b>
Полдник	Булочка	70	
	Кипяченое молоко	150	
	Каша гречневая молочная	200	
Уплотненный	<b>Итого за полдник</b>	<b>420</b>	<b>310</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1360</b>	<b>1370</b>



Ежедневное меню основного питания  
 МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
 на 30 января 2023г «Дельфин»

Возрастная категория: 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	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>290/340</b>	<b>310/410</b>
	Свекольник	150/200	
Обед	Плов с мясом	110/130	
	Хлеб пшеничный	40/50	
	Хлеб ржаной	30/40	
	Компот из сухофруктов	150/180	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>480/600</b>	<b>530/650</b>
Полдник	Булочка	50/70	
	Кипяченое молоко	130/150	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>180/220</b>	<b>170/200</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>950/1160</b>	<b>1010/1260</b>