

Утверждено

Заведующий МБДОУ г. Керчи РК

С.А. Добудогло

С.А. Добудогло

Ежедневное меню основного питания

МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»

на 26 января 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5 часов



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (грамм/сад)	Энерг. ценность
Завтрак	Каша пшениная молочная	150/200	
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5-25/5	
	Кофейный напиток	150/180	
Итого за завтрак:		325/410	320/410
Второй завтрак	Яблоко	100/100	
Итого за второй завтрак:		100/100	42/42
Обед	Рассольник	150/200	
	Рыбная котлета в соусе	50/70	
	Картофельное пюре	110/130	
	Хлеб пшеничный	20/30	
	Хлеб ржаной	30/40	
	Кисель из ягод протертой	150/180	
Итого за обед:		510/650	520/630
Полдник	Омлет натуральный	40/50	
	Хлеб пшеничный	20/30	
	Салат из отварной свеклы	20/30	
	Чай с лимоном	150/180	
	Итого за полдник:		230/290
Итого за день:		1165/1450	1122/1402

Утверждено

Заведующий МБДОУ г. Керчи РК

С.А. Добудогло

С.А. Добудогло

Ежедневное меню второго питания

МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»

на 26 января 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12 часов



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энерг. ценность
Завтрак	Каша пшениная молочная	200	
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	
	Кофейный напиток	180	
Итого за завтрак:		410	410
Второй завтрак	Яблоко	100	
Итого за второй завтрак:		100	42
Обед	Рассольник	200	
	Рыбная котлета в соусе	70	
	Картофельное пюре	130	
	Хлеб пшеничный	30	
	Хлеб ржаной	40	
	Кисель из ягод протертой	180	
Итого за обед:		650	630
Полдник	Омлет натуральный	50	
	Хлеб пшеничный	30	
	Салат из отварной свеклы	30	
	Чай с лимоном	180	
	Вафля	25	
Итого за полдник:		315	360
Итого за день:		1475	1442