



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 27 марта 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12 часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	140	206
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	111
	Чай	180	56
	Итого за завтрак:	350	373
Второй завтрак	Сок	100	60
	Итого за второй завтрак:	100	60
	Свекольник	200	186
	Плов с мясом	130	359
	Консер.огурцы	30	10
	Хлеб пшеничный	40	98
Обед	Хлеб ржаной	50	85
	Компот из сухофруктов	180	81
	Итого за обед:	630	819
Полдник	Булочка	70	202
	Кипяченое молоко	150	81
	Каша молочная гречневая	200	198
	Итого за полдник	420	481
	Итого за день:	1500	1733



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 27 марта 2023г

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

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5 часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (ясн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	100/140	162/206
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5-25/5	87/111
	Чай	150/180	46/56
	Итого за завтрак:	275/350	295/373
Второй завтрак	Сок	100/100	60/60
	Итого за второй завтрак:	100/100	60/60
	Свекольник	150/200	133/186
	Плов с мясом	110/130	264/359
	Конс.огурцы	20/30	8/10
	Хлеб пшеничный	30/40	84/98
Обед	Хлеб ржаной	40/50	70/85
	Компот из сухофруктов	150/180	65/81
	Итого за обед:	500/630	624/819
Полдник	Булочка	50/70	174/202
	Кипяченое молоко	130/150	70/81
	Итого за полдник	180/220	244/283
	Итого за день:	1055/1300	1223/1535