



Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 23 марта 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		
	Какао	180		
	Итого за завтрак:	410	410	
	Итого за второй завтрак:	100	42	
Обед	Яблоко	100		
	Рассольник	200		
	Рыбная котлета в соусе	70		
	Картофельное пюре	130		
	Хлеб пшеничный	25		
	Хлеб ржаной	40		
	Кисель	180		
	Итого за обед:	645	678	
	Полдник уплотненный	Омлет натуральный	50	
		Хлеб пшеничный	25	
Икра свекольная		40		
Чай с лимоном		180		
Сок		100		
Итого за полдник уплотненный	395	400		
Итого за день:	1550	1530		



Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 23 марта 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энерг. ценность	
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/200		
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5-25/5		
	Какао	150/180		
	Итого за завтрак:	325/410	330/410	
	Итого за второй завтрак:	100/100	42/42	
Обед	Яблоко	100/100		
	Рассольник	150/200		
	Рыбная котлета в соусе	50/70		
	Картофельное пюре	110/130		
	Хлеб пшеничный	20/25		
	Хлеб ржаной	30/40		
	Кисель	150/180		
	Итого за обед:	510/645	570/678	
	Полдник	Омлет натуральный	40/50	
		Хлеб пшеничный	20/25	
Икра свекольная		30/40		
Чай с лимоном		150/180		
Итого за полдник		240/295	200/350	
Итого за день:	1175/1450	1142/1480		