



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

Возрастная категория: 1-3 года, 3 - 7 лет
Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (если/сал)	Энерг. ценность
Завтрак	Каша гречневая молочная	150/200	
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5-25/5	
	Какао	150/180	
Итого за завтрак:		325/410	330/420
Второй завтрак	Сок	100/100	
	Итого за второй завтрак:	100/100	60/60
	Суп куриный	150/200	
Обед	Котлета из птицы	50/70	
	Рагу из овощей	110/130	
	Хлеб пшеничный	20/25	
	Хлеб ржаной	30/40	
	Компот из сухофруктов	150/180	
Итого за обед:		510/645	520/654
Полдник	Омлет с сыром	40/50	
	Хлеб пшеничный	20/25	
	Салат из свеклы и горошка	30/40	
Итого за полдник	Чай с лимоном	150/180	
	Итого за полдник	240/295	210/340
	Итого за день:	1175/1450	1120/1474



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

Возрастная категория: 3 - 7 лет
Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энерг. ценность
Завтрак	Каша гречневая молочная	200	
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	
	Какао	180	
Итого за завтрак:		410	420
Второй завтрак	Сок	100	
	Итого за второй завтрак:	100	60
	Суп куриный	200	
Обед	Котлета из птицы	70	
	Рагу из овощей	130	
	Хлеб пшеничный	25	
	Хлеб ржаной	40	
	Компот из сухофруктов	180	
Итого за обед:		645	654
Полдник	Омлет с сыром	50	
	Хлеб пшеничный	25	
	Салат из свеклы и горошка	40	
Итого за полдник	Чай с лимоном	180	
	Конд.изделие	25	
	Итого за полдник	320	400
Итого за день:	1475	1534	