



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 14 марта 2023г**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энерг. ценность
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150/200	
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5-25/5	
	Кофейный напиток	150/180	
	Итого за завтрак:	325/410	360/420
Второй завтрак	Яблоко	100/100	
	Итого за второй завтрак:	100/100	42/42
	Суп с мясн.фрикадельками	150/200	
	Рыба тушеная с овощами	50/70	
Обед	Картофельное пюре	110/130	
	Хлеб пшеничный	40/50	
	Хлеб ржаной	30/40	
	Компот из яблок	150/180	
	Итого за обед:	530/670	542/654
Полдник	Творожная запеканка в сметанном соусе	70/90	
	Кипяченое молоко	130/150	
	Итого за полдник	200/240	200/333
Итого за день:		1155/1420	1144/1449



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 14 марта 2023г**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энерг. ценнос ть
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	
	Кофейный напиток	180	
	Итого за завтрак:	410	420
Второй завтрак	Сок	100	
	Итого за второй завтрак:	100	60
	Суп с мясн.фрикадельками	200	
	Рыба тушеная с овощами	70	
Обед	Картофельное пюре	130	
	Хлеб пшеничный	50	
	Хлеб ржаной	40	
	Компот из яблок	180	
	Итого за обед:	670	654
Полдник уплотненный	Творожная запеканка в сметанном соусе	90	
	Кипяченое молоко	150	
	Итого за полдник, уплотненный	340	375
Итого за день:		1520	1509