

Утверждено
И.о. заведующего МБДОУ г. Керчи РК
«Дельфин»
К.Н.Петрова

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 30 марта 2023г

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5 часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (всгн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша манная молочная	150/200	166/207
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5-25/5	87/111
	Кофейный напиток	150/180	102/121
Итого за завтрак:		325/410	355/439
Второй завтрак	Яблоко	100/100	47/47
	Итого за второй завтрак:		47/47
	Суп гороховый	150/200	93/124
Обед	Рыбная котлета	50/70	135/144
	Рис отварной с овощами	110/130	113/140
	Хлеб пшеничный	20/25	40/52
	Хлеб ржаной	30/40	65/81
	Кисель	150/180	97/111
Итого за обед:		510/645	543/652
Полдник	Хлеб пшеничный с повидлом	20/20-25/20	70/95
	Чай с лимоном	150/180	46/56
Итого за полдник		190/225	116/151
Итого за день:		1125/1380	1061/1289

Утверждено
И.о. заведующего МБДОУ г. Керчи РК
«Дельфин»
К.Н.Петрова

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 30 марта 2023г

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12 часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша манная молочная	200	207
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	111
	Кофейный напиток	180	121
Итого за завтрак:		410	439
Второй завтрак	Яблоко	100	47
	Итого за второй завтрак:		47
	Суп гороховый	200	124
Обед	Рыбная котлета	70	144
	Рис отварной с овощами	130	140
	Хлеб пшеничный	20/25	52
	Хлеб ржаной	30/40	81
	Кисель	180	111
Итого за обед:		645	652
Полдник	Хлеб пшеничный с повидлом	25/20	95
	Чай с лимоном	180	56
уплотненный	Отварная вермишель	110	105
	Итого за полдник	335	256
Итого за день:		1490	1394