



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 11 сентября 2023г

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

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (всгн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Макароны отварные с сыром	120/160	198/270
	Бутерброд с маслом	30/40	91,3/114,6
Второй завтрак	Чай с сахаром	150/180	28/40
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>300/380</b>	<b>317,3/425,6</b>
Обед	Сок фруктовый	150/150	69/69
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>150/150</b>	<b>69/69</b>
Обед	Свекольник со сметаной	150/180	58,2/69,8
	Плов из отварной говядины	150/200	264/352
	Овощи натуральные	30/50	7,2/12
	Хлеб пшеничный	30/40	79,6/106
	Хлеб ржаной	40/50	59,4/74,2
	Компот из сухофруктов	150/200	54,9/111,8
	<b>Итого за обед:</b>	<b>540/720</b>	<b>518,9/725,8</b>
	Булочка домашняя	50/70	194,2/271,8
	Кисломолочный продукт	150/180	75/90
	Яйца вареные	20/20	31,5/31,5
Подник	<b>Итого за подник</b>	<b>220/270</b>	<b>300,7/393,3</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1210/1520</b>	<b>1205,9/1612,7</b>



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 11 сентября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Макароны отварные с сыром	160	270
	Бутерброд с маслом	40	114,6
Второй завтрак	Чай с сахаром	180	40
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>380</b>	<b>425,6</b>
Обед	Сок фруктовый	150	69
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>150</b>	<b>69</b>
Обед	Свекольник со сметаной	180	69,8
	Плов из отварной говядины	200	352
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74,2
	Компот из сухофруктов	200	111,8
	<b>Итого за обед:</b>	<b>720</b>	<b>725,8</b>
	Булочка домашняя	70	271,8
	Яйца вареные	20	31,5
	Кисломолочный продукт	180	90
Подник	Каша молочная гречневая	200	222,4
	<b>Итого за подник</b>	<b>470</b>	<b>615,7</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1720</b>	<b>1835</b>	