Утверждаю
И.о. заведующий МБДОУ г.Керчи РК
«Детский сад №15 «Дельфин»
_____ К.Н.Петрова

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г.Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 21 сентября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	203
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
	Итого за завтрак:	**420**	**389**
Второй завтрак	Плоды и ягоды свежие	100	44
	Итого за второй завтрак:	**100**	**44**
Обед	Щи из свежей капусты	200	68
	Биточки рыбные, соус том.	70/30	100
	Картофельное пюре	130	120
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Кисель из повидла	180	80
	Итого за обед:	**750**	**559**
Полдник уплотненный	Оладьи	130	335
	Чай с лимоном	180	41
	Вареное яйцо	40	63
	Каша геркулесовая молочная	200	126
	Итого за полдник уплотненный:	**550**	**645**
	Итого за день:	**1820**	**1636**

Утверждаю
И.о. заведующего МБДОУ г.Керчи РК
«Детский сад №15 «Дельфин»
_____ К.Н.Петрова

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г.Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 21 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 (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша пшенная молочная	150/200	158/203
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	Итого за завтрак:	**330/420**	**308/389**
Второй завтрак	Плоды и ягоды свежие	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	**100/100**	**44/44**
Обед	Щи из свежей капусты	150/200	46/68
	Биточки рыбные, соус том.	50/20/70/30	70/100
	Картофельное пюре	110/130	101/120
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Кисель из повидла	150/180	67/80
	Итого за обед:	**580/750**	**430/559**
Полдник	Оладьи	65/130	183/335
	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Вареное яйцо	40/40	63/63
	Итого за полдник	**255/350**	**275/434**
	Итого за день:	**1265/1620**	**1057/1425**