



Ежедневное меню «Дельфин»  
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
 на 22 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	Запеканка из творога со ступенным молоком	70/20-100/20	244/349
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Чай с молоком	150/180	89/107
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>270/340</b>	<b>424/571</b>
Второй завтрак	Молоко кипяченое	130/150	74/85
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>130/150</b>	<b>74/85</b>
	Суп крестьянский с крупой	150/180	82/103
Обед	Перец, фаршированный мясом и рисом	135//190	124/167
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
Итого за обед:	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из сухофруктов	150/200	55/112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>535/710</b>	<b>407/574</b>
Полдник	Кондитерское изделие	50/50	175/175
	Сок фруктовый	150/180	69/83
	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
<b>Итого за полдник</b>		<b>300/330</b>	<b>288/302</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1248/1530</b>	<b>1193/1532</b>



Ежедневное меню «Дельфин»  
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
 на 22 сентября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Запеканка из творога со ступенным молоком	100/20	349
	Бутерброд с маслом	40	115
	Чай с молоком	180	107
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>340</b>	<b>571</b>
Второй завтрак	Молоко кипяченое	150	85
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>150</b>	<b>85</b>
	Суп крестьянский с крупой	180	91
Обед	Перец, фаршированный мясом и рисом	190	103
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
Итого за обед:	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>710</b>	<b>574</b>
Полдник	Кондитерское изделие	50	175
	Сок фруктовый	180	83
	Фрукты и ягоды свежие	100	114
<b>Итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>302</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>460</b>	<b>428</b>