



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
 МБДОУ г. Керчи РК «Дельфин» №15 «Дельфин»  
 на 29 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 со стуженным молоком	100/20	349
	Бутерброд с маслом	40	115
	Какао 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>
	Борщ с капустой	180	91
	Перец, фаршированный мясом и рисом	190	167
Обед	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из фруктов	200	112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>710</b>	<b>562</b>
Полдник	Кондитерское изделие	50	175
	Сок фруктовый	180	83
	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Вареное яйцо	40	63
	<b>Итого за полдник</b>	<b>370</b>	<b>365</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1570</b>	<b>1582</b>



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
 МБДОУ г. Керчи РК «Дельфин» №15 «Дельфин»  
 на 29 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	Запеканка со стуженным молоком	70/20-100/20	244/349
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Какао 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>
	Борщ с капустой	150/180	71/91
	Перец, фаршированный мясом и рисом	135//190	124/167
Обед	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из фруктов	150/200	55/112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>535/710</b>	<b>396/562</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>1235/1530</b>