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 10 октября 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 геркулесовая молочная	120/200	158/211
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	Итого за завтрак:	**300/380**	**308/397**
Второй завтрак	Плоды и ягоды свежие	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	**100/100**	**44/44**
Обед	Суп с мясными фрикадельками	150/15-180/18	88/106
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60/80	70/95
	Картофельное пюре	110/130	101/120
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из сухофруктов	150/200	55/112
	Итого за обед:	**585/748**	**461/625**
Полдник	Вареники ленивые	65/110	144/218
	Молоко кипяченое	150/180	85/102
	Итого за полдник	**215/290**	**229/320**
	Итого за день:	**1230/1558**	**1043/1386**

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 10 октября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	211
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
	Итого за завтрак:	**380**	**397**
Второй завтрак	Плоды и ягоды свежие	100	44
	Итого за второй завтрак:	**100**	**44**
Обед	Суп с мясными фрикадельками	180/18	106
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	95
	Картофельное пюре	130	120
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
	Итого за обед:	**748**	**625**
Полдник уплотненный	Вареники ленивые	110	218
	Молоко кипяченое	180	102
	Сыр (порциями)	15	54
	Итого за полдник уплотненный:	**305**	**374**
	Итого за день:	**1573**	**1440**