

**Ежедневное меню основного (организованного) питания  
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
на 11 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 гречневая молочная	200	222
	Бутерброд с маслом	40	115
	Какао с молоком	180	107
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>420</b>	<b>444</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	69
	Итого за второй завтрак:	<b>150</b>	<b>69</b>
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	84
Обед	Биточки припущенные	70	132
	Рагу из овощей	130	117
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	20	53
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из фруктов	180	88
	<b>Итого за обед:</b>	<b>740</b>	<b>560</b>
Полдник уплотненный	Омлет паровой	85	159
	Хлеб пшеничный	20	53
	Чай с лимоном	180	41
	Кондитерское изделие	50	175
	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	<b>Итого за полдник уплотненный:</b>	<b>475</b>	<b>514</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1725</b>	<b>1545</b>

**Ежедневное меню основного (организованного) питания  
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
на 11 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 (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша гречневая молочная	130/200	144/222
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Какао с молоком	150/180	89/107
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>310/420</b>	<b>324/444</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	150/150	69/69
	Итого за второй завтрак:	<b>150/150</b>	<b>69/69</b>
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	63/84
Обед	Биточки припущенные	50/70	94/132
	Рагу из овощей	110/130	99/117
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	15/20	40/53
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из фруктов	150/180	74/88
	<b>Итого за обед:</b>	<b>545/740</b>	<b>436/560</b>
Полдник	Омлет паровой	65/85	126/159
	Хлеб пшеничный	15/20	40/53
	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Кондитерское изделие	-/50	-/175
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>230/315</b>	<b>195/428</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1235/1625</b>	<b>1025/1501</b>