



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 12 октября 2023г.

Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 12 октября 2023г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Возрастная категория: 1-3 года, 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калории и энергетическая ценность
Завтрак	Каша манная молочная	200	144
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток с молоком	180	71
Итого за завтрак:		420	329
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Итого за второй завтрак:	100	44
	Суп картофельный с бобовыми	180	78
Обед	Котлеты рыбные	70	79
	Рис отварной с овощами	130	159
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Кисель «Витошка»	180	80
Итого за обед:		700	588
Полдник	Пирожки печеные с повидлом	80	213
	Чай с лимоном	180	41
	Макаронные изделия отварные	130	200
Итого за полдник		390	379
Итого за день:		1610	1341

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша манная молочная	150/200	102/144
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток с молоком	150/180	59/71
Итого за завтрак:		330/420	252/329
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
	Суп картофельный с бобовыми	150/180	65/78
Обед	Котлеты рыбные	50/70	56/79
	Рис отварной с овощами	110/130	135/159
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Кисель «Витошка»	150/180	67/80
Итого за обед:		560/700	469/588
Полдник	Пирожки печеные с повидлом	60/80	160/213
	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Макаронные изделия отварные	130/150	189/254
Итого за день:		1200/1480	954/1216