



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 16 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 (всгн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	120/160	198/270
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Чай с молоком	150/180	28/40
	Итого за завтрак:	300/380	317/425
Второй завтрак	Сок фруктовый	150/150	69/69
	Борщ с фасолью	150/200	71/95
	Фрикадельки мясные в соусе	120/150	164/200
	Итого за второй завтрак:	150/150	69/69
Обед	Каша рассыпчатая	120/150	195/244
	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:	640/840	631/843
Полдник	Булочка домашняя	50/70	194/272
	Кисломолочный продукт	150/180	75/90
	Яйца вареные	20/20	32/32
	Итого за полдник	220/270	301/393
	Итого за день:	1310/1650	1318/1730



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 16 октября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	160	270
	Бутерброд с маслом	40	115
	Чай с молоком	180	40
	Итого за завтрак:	380	457
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	69
	Борщ с фасолью	200	95
	Фрикадельки мясные в соусе	150	200
	Итого за второй завтрак:	150	69
Обед	Каша рассыпчатая	150	244
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
	Итого за обед:	840	843
Полдник	Булочка домашняя	70	272
	Кисломолочный продукт	180	90
	Яйца вареные	20	32
	Итого за полдник	200	226
	Итого за день:	1840	1956