



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 19 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 пшенная молочная	200	203
	Бульбурод с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
	Итого за завтрак:	420	389
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Итого за второй завтрак:	100	44
	Пи из свежей капусты	200	68
Обед	Биточки рыбные, соус том.	70/30	100
	Картофельное пюре	130	120
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Кисель из повидла	180	80
	Итого за обед:	750	559
Полдник	Оладьи	130	335
	Чай с лимоном	180	41
	Вареное яйцо	40	63
Итого за полдник	Каша геркулесовая молочная	200	126
	Итого за полдник	550	645
	Итого за день:	1820	1636



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 19 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 пшенная молочная	150/200	158/203
	Бульбурод с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	Итого за завтрак:	330/420	308/389
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
	Пи из свежей капусты	150/200	46/68
Обед	Биточки рыбные, соус том.	50/20/70/30	70/100
	Картофельное пюре	110/130	101/120
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Кисель из повидла	150/180	67/80
	Итого за обед:	580/750	430/559
Полдник	Оладьи	65/130	183/335
	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Вареное яйцо	40/40	63/63
Итого за полдник	Каша геркулесовая молочная	255/350	275/434
	Итого за полдник	1265/1620	1057/1425