



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 23 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	Макаронны отварные с сыром	120/160	198/270
	Бутерброд с маслом	30/40	91,3/114,6
	Чай с молоком	150/180	28/40
Итого за завтрак:		300/380	317,3/425,6
	Сок фруктовый	150/150	69/69
Второй завтрак	Итого за второй завтрак:	150/150	69/69
	Свекольник со сметаной	150/180	58,2/69,8
Обед	Плов из отварной говядины	150/200	264/352
	Овощи натуральные	30/50	7,2/12
	Хлеб пшеничный	30/40	79,6/106
	Хлеб ржаной	40/50	59,4/74,2
	Компот из сухофруктов	150/200	54,9/111,8
	Итого за обед:	540/720	518,9/725,8
	Булочка домашняя	50/70	194,2/271,8
Полдник	Кисломолочный продукт	150/180	75/90
	Яйца вареные	20/20	31,5/31,5
	Итого за полдник	220/270	300,7/393,3
Итого за день:	1210/1520	1205,9/1612,7	



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 23 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	114,6
	Чай с молоком	180	40
Итого за завтрак:		380	425,6
	Сок фруктовый	150	69
Второй завтрак	Итого за второй завтрак:	150	69
	Свекольник со сметаной	180	69,8
Обед	Плов из отварной говядины	200	352
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74,2
	Компот из сухофруктов	200	111,8
	Итого за обед:	720	725,8
	Булочка домашняя	70	271,8
Полдник	Яйца вареные	20	31,5
	Кисломолочный продукт	180	90
	Каша молочная гречневая	200	222,4
Итого за полдник	470	615,7	
Итого за день:	1720	1835	