



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 27 октября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калории порции
Завтрак	Запеканка со стуженным молоком	100/20	349
	Бутерброд с маслом	40	115
	Какао с молоком	180	107
	Итого за завтрак:	340	571
Второй завтрак	Молоко кипяченое	150	85
	Борщ с капустой	180	91
	Перец, фаршированный мясом и рисом	190	167
	Итого за второй завтрак:	150	85
Обед	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из фруктов	200	112
	Итого за обед:	710	562
	Кондитерское изделие	50	175
Полдник углеотенный	Сок фруктовый	180	83
	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Вареное яйцо	40	63
	Итого за полдник углеотенный:	370	365
	Итого за день:	1570	1582



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 27 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	Запеканка со стуженным молоком	70/20-100/20	244/349
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Какао с молоком	150/180	89/107
	Итого за завтрак:	270/340	424/571
Второй завтрак	Молоко кипяченое	130/150	74/85
	Итого за второй завтрак:	130/150	74/85
	Борщ с капустой	150/180	71/91
Обед	Перец, фаршированный мясом и рисом	135//190	124/167
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из фруктов	150/200	55/112
	Итого за обед:	535/710	396/562
Полдник	Кондитерское изделие	50/50	175/175
	Сок фруктовый	150/180	69/83
	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	Итого за полдник	300/330	288/302
	Итого за день:	1235/1530	1182/1519