

Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 30 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
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>380</b>	<b>457</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	69
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>150</b>	<b>69</b>
	Борщ с фасолью	200	95
Обед	Фрикадельки мясные в соусе	150	200
	Каша рассыпчатая	150	244
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>840</b>	<b>843</b>
Полдник	Булочка домашняя	70	272
	Кисломолочный продукт	180	90
	Яйца вареные	20	32
	Каша «Дружба»	200	226
	<b>Итого за полдник</b>	<b>470</b>	<b>620</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1840</b>	<b>1956</b>

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