



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 02 ноября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	203
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>420</b>	<b>389</b>
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>44</b>
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>200</b>	<b>68</b>
Обед	Щи из свежей капусты	70/30	100
	Биточки рыбные, соус том.	130	120
	Картофельное пюре	50	12
	Овощи натуральные	40	106
	Хлеб пшеничный	50	74
	Хлеб ржаной	180	80
	Кисель из повидла	<b>750</b>	<b>559</b>
	<b>Итого за обед:</b>	<b>130</b>	<b>335</b>
	Оладьи	180	41
	Чай с лимоном	40	63
Подлник	Каша геркулесовая молочная	200	126
	<b>Итого за подлник:</b>	<b>550</b>	<b>645</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1820</b>	<b>1636</b>



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 02 ноября 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	Каша пшеничная молочная	150/200	158/203
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>330/420</b>	<b>308/389</b>
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100/100</b>	<b>44/44</b>
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>150/200</b>	<b>46/68</b>
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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>580/750</b>	<b>430/559</b>
	Оладьи	65/130	183/335
	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Вареное яйцо	40/40	63/63
Подлник	<b>Итого за подлник:</b>	<b>255/350</b>	<b>275/434</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1265/1620</b>	<b>1057/1425</b>