



Ежедневное меню основного (образовательного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 09 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 манная молочная	200	144
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток с молоком	180	71
	Итого за завтрак:	420	329
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Итого за второй завтрак:	100	44
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	78
	Котлеты рыбные	70	79
	Рис отварной с овощами	130	159
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Кисель	180	80
	Итого за обед:	700	588
	Пирожки печеные с повидлом	80	213
	Чай с лимоном	180	41
Полдник углеотенный	Макаронные изделия отварные	130	200
	Итого за полдник углеотенный:	390	379
	Итого за день:	1610	1341



Ежедневное меню основного (образовательного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 09 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 (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша манная молочная	150/200	102/144
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток с молоком	150/180	59/71
	Итого за завтрак:	330/420	252/329
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150/180	65/78
	Котлеты рыбные	50/70	56/79
	Рис отварной с овощами	110/130	135/159
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Кисель	150/180	67/80
	Итого за обед:	560/700	469/588
	Пирожки печеные с повидлом	60/80	160/213
	Чай с лимоном	150/180	29/41
Полдник	Макаронные изделия отварные	210/260	189/254
	Итого за день:	1200/1480	954/1216