

**АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Ильинский детский сад  
(МБДОУ Ильинский детский сад)

**Меню горячего питания**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г		Калорийность порции (ккал)	
		от 1года до 3лет	от 3лет до 7лет	от 1года до 3лет	от 3лет до 7лет
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	150	200	211,76	244,34
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	35	45	78	108
	Какао с молоком	180	200	130,68	145,2
	икра каб	40	60	6,3	8,4
	<b>Итого на завтрак</b>	<b>405</b>	<b>505</b>	<b>426,74</b>	<b>505,94</b>
<b>Второй</b>	Сок фруктовый	150	150	92	92
	<b>Итого на 2 завтрак</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>92</b>	<b>92</b>
<b>Обед</b>	Рассольник Ленинградский со сметаной	180	200	76,5	127,49
	Плов с мясом	180	230	263,18	363
	Овощи консервированные	40	60	6,3	8,4
	Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
	Компот из свежих яблок	180	200	99	110
	<b>Итого на обед</b>	<b>610</b>	<b>730</b>	<b>497,18</b>	<b>678,49</b>
<b>Полдник</b>	Компот из свежих ягод	180	200	55,64	66,77
	Оладьи со сгущ мол	65	75	234	234
	<b>Итого на полдник</b>	<b>245</b>	<b>275</b>	<b>289,64</b>	<b>300,77</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1410</b>	<b>1660</b>	<b>1305,56</b>	<b>1577,2</b>