

**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>	Макароны отварные с сыром	135	170	218	264
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	35	45	78	108
	Чай полусладкий	180	200	25,2	28
	<b>Итого на завтрак</b>	<b>350</b>	<b>415</b>	<b>321,2</b>	<b>400</b>
<b>Второй</b>	Яблоко	100	120	44	92
	<b>Итого на 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>120</b>	<b>44</b>	<b>44</b>
<b>Обед</b>	Щи из св капусты с рыбными консервами	180	200	218	264
	Картофельное пюре	120	150	90	112,5
	Печень по-строгановски	60	80	148	231,25
	Венигрет	40	60	57,13	76,17
	Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
	Компот из сухофруктов	180	200	84,78	94,2
	<b>Итого на обед</b>	<b>550</b>	<b>730</b>	<b>650,11</b>	<b>847,72</b>
<b>Полдник</b>	Напиток лимонный	180	200	72	96
	Сдоба	50	50	190	190
	<b>Итого на полдник</b>	<b>230</b>	<b>250</b>	<b>262</b>	<b>286</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1230</b>	<b>1515</b>	<b>1277,31</b>	<b>1577,72</b>