

**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 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет
<b>Завтрак</b>	Омлет	150	200	211,76	244,34
	Икра каб	40	60	35,1	46,8
	Какао с молоком	180	200	130,68	145,2
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	35	45	100	108
	<b>Итого на завтрак</b>	<b>405</b>	<b>505</b>	<b>265,78</b>	<b>544,34</b>
<b>Второй</b>	Яблоко	120	130	40	44
	<b>Итого на 2 завтрак</b>	<b>120</b>	<b>130</b>	<b>40</b>	<b>44</b>
<b>Обед</b>	Щи из св капусты с картофелем на к/б	180	200	59,02	95,49
	Гуляш куриный	60	80	112,8	150,4
	Гречка	120	150	175,33	263
	Компот из сухофруктов	180	200	84,78	94,2
	Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
	<b>Итого на обед</b>	<b>570</b>	<b>670</b>	<b>484,13</b>	<b>672,69</b>
<b>Полдник</b>	Чай сладкий	180	200	25,2	28
	Оладьи со сгущенным молоком	85	95	234	234
	<b>Итого на полдник</b>	<b>265</b>	<b>295</b>	<b>259,2</b>	<b>262</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1360</b>	<b>1600</b>	<b>1049,11</b>	<b>1523,03</b>