

**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> | Каша "Дружба"                  | 150              | 200             | 182,99                     | 215,28          |
|                | Хлеб пшеничный                 | 30               | 40              | 70,5                       | 94              |
|                | Кофейный напиток с молоком     | 180              | 200             | 70                         | 91              |
|                | <b>Итого на завтрак</b>        | <b>400</b>       | <b>440</b>      | <b>323,49</b>              | <b>400,28</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>    | Суп молочный с овощами и яйцом | 180              | 200             | 100,8                      | 126             |
|                | Котлета мясная                 | 60               | 80              | 99,38                      | 139,13          |
|                | Макароны отварные              | 120              | 150             | 112                        | 168             |
|                | Овощи                          | 40               | 60              | 50,69                      | 67,58           |
|                | Хлеб ржаной                    | 30               | 40              | 52,2                       | 69,6            |
|                | Компот из св яблок             | 180              | 200             | 99                         | 110             |
|                | <b>Итого на обед</b>           | <b>610</b>       | <b>730</b>      | <b>514,07</b>              | <b>680,31</b>   |
| <b>Полдник</b> | Кисель                         | 180              | 200             | 91,14                      | 121,52          |
|                | Вафли                          | 30               | 50              | 106,2                      | 177             |
|                | <b>Итого на полдник</b>        | <b>210</b>       | <b>250</b>      | <b>197,34</b>              | <b>298,52</b>   |
|                | <b>Всего за день</b>           | <b>1370</b>      | <b>1570</b>     | <b>1126,9</b>              | <b>1471,11</b>  |