

	Объём порции	ККАЛ	Объём порции	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>				
Макароны с сыром	150	194,2	170	221
Хлеб пшеничный	20	48,64	30	79,1
Кофе с молоком	150	87,5	180	107,5
Яблоко	110	56,4	110	56,4
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Сок овощной	100	56	100	56
<b>ОБЕД</b>				
Салат из помидоров и огурцов	40	60,1	60	90,2
Щи по-уральски	165	117,4	200	143
Котлета рыбная	60	101,21	70	147,3
Сметанный соус	15	16,1	25	19
Картофель в молоке	110	67,2	130	83,5
Напиток лимонный	150	85,9	180	103,6
Хлеб пшеничный	20	48,64	30	79,1
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
<b>ПОЛДНИК</b>				

Пряник заварной	30	157,0	30	157,0
Молоко Умница	150	90	180	109
<b>УЖИН</b>				
Сырники из творога	110	162,4	130	208,8
Соус сладкий молочный	20	20,6	25	26
Чай зеленый с молоком	150	52,4	180	64,2
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
Хлеб пшеничный	20	48,64	20	48,64
ВСЕГО		<b>1690,5</b>		<b>2115,2</b>