

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ЯСЛИ		САД	
	Объём порции	ККАЛ	Объём порции	ККАЛ
ЗАВТРАК				
Сырники из творога	110	162,4	130	208,8
Варенье	20	21,7	25	22,1
Хлеб с маслом	34	98,24	40	150
Чай	150	52,4	180	64
Киви	50	23,6	50	23,6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Молоко Умница	150	54,5	150	54,5
ОБЕД				
Салат из морской капусты с брусникой	40	27,1	60	45,57
Суп рыбный с пшеном	165	105,7	200	140,93
Котлета мясная в молочном соусе	60	126,5	70	161
Капуста, тушенная	120	49,9	130	54,89
Компот из кураги Вит С	150	62,7	180	75,24
Хлеб пшеничный	20	48,64	30	79,1

Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
ПОЛДНИК				
Снежок	165	109	180	134
Пирожок печеный с яблоком	60	157,2	80	185,2
УЖИН				
Икра из баклажанов	20	23,6	25	29,5
Рис отварной	110	146,1	130	160,71
Печень тушенная	80	82,0	100	102,5
Компот из апельсинов	150	48,8	180	58,5
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
Хлеб пшеничный	20	48,64	20	48,64
ВСЕГО		1525,7		1862,8