

	Объём порции	ККАЛ	Объём порции	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша из пшена и гречки с яблоком	165	215	200	305,8
Хлеб пшеничный	20	48,64	30	79,1
Кофе с молоком	150	87,5	180	107,5
Нектарин	100	44	100	44
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Сок фруктовый	100	42	100	42
<b>ОБЕД</b>				
Салат из морской капусты с клюквой	40	27,1	60	45,57
Свекольник	165	80,22	200	102,5
Шницель мясной с молочным соусом	70	142,7	80	196,3
Макароны	110	150	130	180,66
Компот из сухофруктов	150	84,2	180	106,5
Вит С				

Хлеб пшеничный	20	48,64	30	79,1
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
<b>ПОЛДНИК</b>				
Печенье	45	54,5	45	54,5
Ацидофилин	150	84	185	103,5
<b>УЖИН</b>				
Филе птицы, тушенное с овощами и картофелем	160	105,7	200	119,8
Огурец свежий	20	3,5	25	4,38
Чай с молоком	150	53,2	200	65,5
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
Хлеб пшеничный	20	48,64	20	48,64
ВСЕГО		<b>1567,3</b>		<b>1945,2</b>