

	Объём порции	ККАЛ	Объём порции	ККАЛ
ЗАВТРАК				
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
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок овощной	100	56	100	56
ОБЕД				
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
ПОЛДНИК				

Пряник заварной	30	157,0	30	157,0
Молоко Умница	150	90	180	109
УЖИН				
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		1690,5		2115,2