

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ЯСЛИ		САД	
	Объем порции	ККАЛ	Объем порции	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша рисовая	165	207,6	200	289,6
Какао	150	91	180	109,6
Хлеб с маслом	34	98,24	40	150
Мандарин	40	15,2	80	30,4
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Сок овощной	150	43	150	43
<b>ОБЕД</b>				
Салат из помидоров с луком	40	35,6	60	53,5
Свекольник	165	80,22	200	102,5
Рулет мясной	60	109,1	70	145,4
Соус сметанный	20	16,1	25	19
Пюре картофельное	110	106	130	120,3
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>				
Ватрушка с творогом	60	173,2	70	202,1
Молоко витаминизированное	165	90	180	108
<b>УЖИН</b>				
Салат зеленый с огурцом	40	32,6	60	48,95
Филе минтая запеченное	60	70,8	70	129,3
Рагу овощное	110	118	130	148,8
Кисель из апельсинов	150	128	180	145,1
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
Хлеб пшеничный	20	48,64	20	48,64
ВСЕГО		<b>1720,6</b>		<b>2199,1</b>