

	Объём порции	ККАЛ	Объём порции	ККАЛ
ЗАВТРАК				
Омлет с сыром	110	148	130	228
Зеленый горошек	20	16,5	30	20,62
Чай с молоком	150	180	53,2	65,5
Батон с маслом	34	98,24	40	150
Апельсин	100	47,3	100	47,3
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок овощной	150	56	150	56
ОБЕД				
Салат из морской капусты с клюквой	40	27,1	60	45,57
Суп рыбный по-шведски (из консервированной сайры)	165	112	200	140
Жаркое по-домашнему	160	250,5	200	320
Кисель из вишни	150	110,2	180	132,24
Хлеб пшеничный	20	48,64	30	79,1
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
ПОЛДНИК				

Печенье	45	45,57	45	45,57
Молоко Умница	160	90	200	140
УЖИН				
Биточек из мяса	50	115,9	70	162,3
Овощное рагу	110	118,0	130	148,8
Чай с лимоном	150	34,6	180	40,1
Хлеб ржаной	20	45,6	25	59,63
Хлеб пшеничный	20	48,64	20	48,64
ВСЕГО		1779,9		2174,6