

<b>Приём пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порций ( гр.)</b>	<b>Ккал</b>
<b>Завтраки</b>	Сыр (порциями)	30	107,5
	Запеканка из творога	150	301,2
	Соус сметанный натуральный	50	92,9
	Чай с лимоном	200	30,7
	Батон нарезной	30	78,5
	Мандарин	160	56
		620	666,8
<b>Обед</b>	Помидоры в нарезке	60	12,8
	Суп с крупой на кур.бульоне	250	101,2
	Картофельное пюре	150	139,4
	Курица отварная	90	147,3
	Сок	200	115
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	Батон нарезной	30	78,5
	Пряники	50	128,1
		860	781
<b>Полдник</b>	<b>Снежок</b>	200	116,2
	<b>Кекс</b>	100	294,8
	<b>Сок</b>	200	98,6
	<b>Шоколадный батончик</b>	50	260
		550	769,6