

| | | | | | | | | | | | |
|-------|-----------------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|------|----|---------|------|
| 44 | МОЛОКО | 180 | 4.58 | 3.98 | 7.58 | 194.13 | 0.07 | 0.05 | 0 | 191.4 | 0.1 |
| 40 | яблоко | 75 | 0.2 | 0.15 | 5.15 | 23.5 | 0.02 | 0.02 | 3 | 72 | 1.0 |
| | | | 4.78 | 4.13 | 12.73 | 217.63 | 0.09 | 0.07 | 3 | 263.4 | 1.1 |
| УЖИН | | | | | | | | | | | |
| 29 | Голубцы ленивые | 200 | 20.2 | 22.2 | 12.4 | 336 | 0.08 | 0.06 | 30 | 76 | 1.4 |
| 46 | Чай с сахаром | 180 | 0.1 | 0 | 9.7 | 37 | 0 | 0 | 0 | 5 | |
| 39 | Хлеб пшеничный | 20 | 1.6 | 0.2 | 9.2 | 113 | 0.08 | 0.03 | | 5 | 0.52 |
| | | | 21.9 | 22.4 | 31.3 | 486 | 0.16 | 0.09 | 30 | 86 | 1.92 |
| Итого | | | 65.19 | 82.26 | 219.65 | 2072.86 | 1.323 | 0.35 | 99 | 1062.52 | 34 |

ТРЕТИЙ ДЕНЬ

ЗАВТРАК

| | | | | | | | | | | | |
|-------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|
| 1 | Каша геркулесовая молочная | 200 | 6.8 | 10 | 25.2 | 217.33 | 0.13 | 0.08 | 1.33 | 156 | 1.15 |
| 23 | Кофейный напиток | 200 | 2.79 | 3.19 | 19.71 | 118.69 | 0.07 | | | 220 | |
| 39,51 | Хлеб пшеничный с маслом | 25/10 | 1.1 | 9 | 6.8 | 115 | 0.02 | 0.02 | 29.2 | 22.1 | 13.92 |
| | | | 10.69 | 22.19 | 51.71 | 451.02 | 0.22 | 0.1 | 30.53 | | - |