

2008	442	СОК	150	0,8	0,2	14,9	64,5	3
	СОК		150 / 150	0,8	0	19,1	82,5	6
				0,8	0,2	14,9	64,5	9,8
Ужин 1								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	80	8,8	7,7	2,1	106,1	0,3
		РЫБА ТРЕСКООБРАЗНАЯ	60 / 31,8	4,8	0,3	0	20,6	0,2
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,6 шт. / 24	2,9	2,6	0,2	33,9	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3 / 3	0	2,4	0	17,8	0
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	40	0,6		3,0	14,2	1,5
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	50 / 37,5	0,6	0	3	14,2	1,5
		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,0	1,4	10,2	56,3	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15 / 15	1	1,4	10,2	56,3	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,3	34,1	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	16 / 16	1,1	0,1	7,3	34,1	0
2012	393	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	150	0,2		6,8	28,0	1
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,5 / 0,5	0,1	0	0,2	1,1	0
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150 / 150	0	0	0	0,0	0
		ЛИМОН	6 / 6	0,1	0	0,2	1,8	1
				11,7	9,2	29,4	238,7	12,6

2008	442	СОК	150	0,8	0,2	14,9	64,5	3
СОК			150 / 150	0,8	0	19,1	82,5	6
				0,8	0,2	14,9	64,5	10,6
Ужин 1								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	100	11,8	10,4	2,7	144,5	0,4
		РЫБА ТРЕСКООБРАЗНАЯ	70 / 37,1	5,6	0,3	0	24,0	0,3
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	50 / 50	1,4	1,2	2,4	27,0	0,3
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт. / 40	4,8	4,3	0,3	56,5	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5 / 3,5	0	2,7	0	20,8	0
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	0,7		3,6	17,0	1,8
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	60 / 45	0,7	0	3,6	17,0	1,8
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	1,9	13,6	75,1	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20 / 20	1,4	1,9	13,6	75,1	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
2012	393	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		7,8	31,9	1
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180 / 180	0	0	0	0,0	0
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,6 / 0,6	0,1	0	0,3	1,4	0
		ЛИМОН	6 / 6	0,1	0	0,2	1,8	1
				15,5	12,4	36,8	311,2	13,8