

Меню 1,5-3 НОИДЕ орд, 1пп

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

145	Каша рисовая вязкая на молоке	кКал-197.7, Белки-4.48, Жиры-5.9, Угл-31.6
25	Бутерброд с маслом	кКал-85.05, Белки-1.64, Жиры-3.83, Угл-11.07
180	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99

Итого за Завтрак1 кКал-302.7, Белки-6.12, Жиры-9.73, Угл-47.66

Завтрак2

150	Компот из смеси сухофруктов	кКал-64.53, Белки-0.33, Жиры-0.07, Угл-16.71
-----	-----------------------------	--

Итого за Завтрак2 кКал-64.53, Белки-0.33, Жиры-0.07, Угл-16.71

Обед

155	Рассольник с перловой крупой и сметаной	кКал-102.8, Белки-2.34, Жиры-8.6, Угл-11.1
50	Суфле из цыплят	кКал-132.9, Белки-8.1, Жиры-8.9, Угл-4.9
30	Свекла отварная	кКал-16.13, Белки-0.58, Жиры-0.04, Угл-3.38
120	Рагу из овощей	кКал-113.33, Белки-2.11, Жиры-5.68, Угл-13.23
150	Кисель плодово-ягодный	кКал-45.29, Белки-0.08, Жиры-0.06, Угл-11.39
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2

Итого за Обед кКал-506.45, Белки-16.41, Жиры-23.68,
Угл-64.2

Полдник у.

60	Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	кКал-170.8, Белки-8.2, Жиры-5.1, Угл-22.2
123	Каша гречневая вязкая с маслом	кКал-112.23, Белки-3.8, Жиры-3.17, Угл-17.17
150	Компот из свежих плодов	кКал-54, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-12.92
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Полдник у. кКал-389.03, Белки-13.72, Жиры-8.59,
Угл-63.29

Итого за день кКал-1262.71, Белки-36.58, Жиры-42.07,
Угл-191.86



Итого за день

Итого за день

Меню 3-7 НОВОЕ орд, 1нн

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

160/5	Каша рисовая вязкая на молоке	кКал-225, Белки-5.1, Жиры-6.8, Угл-36
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
30/5	Бутерброд с маслом	кКал-111.05, Белки-2.44, Жиры-3.93, Угл-16.57

Итого за Завтрак1 кКал-365.15, Белки-7.54, Жиры-10.73,
Угл-59.77

Завтрак2

200	Компот из смеси сухофруктов	кКал-88.7, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-22.94
-----	-----------------------------	---

Итого за Завтрак2 кКал-88.7, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-22.94

Обед

70	Суфле из цыплят	кКал-186.11, Белки-11.38, Жиры-12.55, Угл-6.91
200/5	Рассольник с перловой крупой и сметаной	кКал-136, Белки-3.1, Жиры-11.38, Угл-14.8
130	Рагу из овощей	кКал-122.31, Белки-2.52, Жиры-5.62, Угл-15.22
200	Кисель плодово-ягодный	кКал-68.72, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-17.52
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8

Итого за Обед кКал-657.14, Белки-21.9, Жиры-30.23,
Угл-84.75

Полдник у.

130/4	Каша гречневая вязкая с маслом	кКал-126.54, Белки-4.13, Жиры-3.97, Угл-18.61
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
70	Рыба запеченная с овощами	кКал-199.3, Белки-9.57, Жиры-5.98, Угл-26
45	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-117, Белки-3.6, Жиры-0.45, Угл-24.75
9	Печенье	кКал-41.4, Белки-0.85, Жиры-1.13, Угл-6.97

Итого за Полдник у. кКал-513.34, Белки-18.15, Жиры-11.53,
Угл-83.53

Итого за день кКал-1624.33, Белки-48.03, Жиры-52.58,
Угл-250.99



Меню 1,5-3 НОВОЕ орд, 1вт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

145	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	кКал-204.81, Белки-5.59, Жиры-6.69, Угл-307.03
25	Бутерброд с маслом	кКал-85.05, Белки-1.64, Жиры-3.83, Угл-11.07
180	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
Итого за Завтрак1		кКал-309.81, Белки-7.23, Жиры-10.52, Угл-323.09

Завтрак2

150	Компот из свежих плодов	кКал-34.05, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-7.93
Итого за Завтрак2		кКал-34.05, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-7.93

Обед

20	Огурцы свежие	кКал-2.2, Белки-0.14, Жиры-0.02, Угл-0.38
150	Суп с макаронными изделиями	кКал-72.98, Белки-1.72, Жиры-1.77, Угл-12.47
70	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом п/ф	кКал-82.76, Белки-4.38, Жиры-5.68, Угл-3.49
130	Картофельное пюре	кКал-139.09, Белки-3.34, Жиры-4.66, Угл-20.95
150	Компот из смеси сухофруктов	кКал-64.53, Белки-0.33, Жиры-0.07, Угл-16.71
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
Итого за Обед		кКал-457.56, Белки-13.11, Жиры-12.6, Угл-74.2

Полдник у.

134	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	кКал-187.6, Белки-5.42, Жиры-5.29, Угл-28.15
60	Пудинг творожный со сгущенным молоком	кКал-166, Белки-9.56, Жиры-5.75, Угл-16.5
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
120	Яблоко	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
Итого за Полдник у.		кКал-507.15, Белки-17.06, Жиры-11.72, Угл-79.48
Итого за день		кКал-1 308.57, Белки-37.52, Жиры-34.96, Угл-484.7



Меню 3-7 НОВОЕ орд, 1вт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

155	Кашишная молочная вязкая с маслом	кКал-219.66, Белки-6.44, Жиры-7.17, Угл-32.18
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
45	Бутерброд с повидлом	кКал-117.75, Белки-2.46, Жиры-0.3, Угл-26.25

Итого за Завтрак1 кКал-366.51, Белки-8.9, Жиры-7.47, Угл-65.63

Завтрак2

200	Компот из свежих плодов	кКал-46.73, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-10.91
9	Печенье	кКал-41.4, Белки-0.85, Жиры-1.13, Угл-6.97

Итого за Завтрак2 кКал-88.13, Белки-1.01, Жиры-1.29, Угл-17.88

Обед

20	Огурцы свежие	кКал-2.2, Белки-0.14, Жиры-0.02, Угл-0.38
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
70	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом п/ф	кКал-82.76, Белки-4.38, Жиры-5.68, Угл-3.49
130	Картофельное пюре	кКал-139.09, Белки-3.34, Жиры-4.66, Угл-20.95
220	Суп с макаронными изделиями	кКал-103.11, Белки-2.54, Жиры-2.49, Угл-17.6
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8

Итого за Обед кКал-500.26, Белки-15.2, Жиры-13.45, Угл-79.92

Полдник у.

200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
60	Пудинг творожный со сгущенным молоком	кКал-166, Белки-9.56, Жиры-5.75, Угл-16.5
155	Кашишная молочная вязкая с маслом	кКал-217.04, Белки-5.42, Жиры-5.29, Угл-28.15
40	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-104, Белки-3.2, Жиры-0.4, Угл-22

Итого за Полдник у. кКал-516.14, Белки-18.18, Жиры-11.44, Угл-73.85

Итого за день кКал-1471.04, Белки-43.29, Жиры-33.65, Угл-237.28



Меню 1,5-3 НОВОЕ орд, 1ср

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

145	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	кКал-161.3, Белки-5.22, Жиры-5.8, Угл-21.8
25	Бутерброд с маслом	кКал-85.05, Белки-1.64, Жиры-3.83, Угл-11.07
180	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99

Итого за Завтрак1 кКал-266.3, Белки-6.86, Жиры-9.63, Угл-37.86

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	--	---------------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

Обед

150	Плов из мяса птицы	кКал-355.84, Белки-14.33, Жиры-19.29, Угл-31.36
155	Свекольник со сметаной	кКал-80.22, Белки-1.62, Жиры-3.32, Угл-10.89
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Обед кКал-552.01, Белки-19.15, Жиры-23.01, Угл-67.44

Полдник у.

180	Суп рыбный с картофелем (филе минтая)	кКал-202.4, Белки-6.11, Жиры-4.71, Угл-33.87
50	Ватрушка с повидлом	кКал-159.36, Белки-3.2, Жиры-1.75, Угл-32.57
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
120	Яблоко	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
15	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-35.25, Белки-1.14, Жиры-0.12, Угл-7.38

Итого за Полдник у. кКал-498.56, Белки-10.93, Жиры-7.06, Угл-97.65

Итого за день кКал-1394.87, Белки-40.14, Жиры-42.9, Угл-212.05



Меню 3-7 НОВОЕ орд, 1ср

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

160/5	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	кКал-183.64, Белки-5.94, Жиры-6.69, Угл-24.84
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
30/5	Бутерброд с маслом	кКал-111.05, Белки-2.44, Жиры-3.93, Угл-16.57
Итого за Завтрак1		кКал-323.79, Белки-8.38, Жиры-10.62, Угл-48.61

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
9	Печенье	кКал-41.4, Белки-0.85, Жиры-1.13, Угл-6.97
Итого за Завтрак2		кКал-119.4, Белки-4.05, Жиры-4.33, Угл-16.07

Обед

200/5	Свекольник со сметаной	кКал-107.99, Белки-2.25, Жиры-4.25, Угл-15.12
150	Плов из мяса птицы	кКал-355.84, Белки-14.33, Жиры-19.29, Угл-31.36
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8
Итого за Обед		кКал-636.93, Белки-21.38, Жиры-24.14, Угл-83.98

Полдник у.

200	Суп рыбный с картофелем(филе минтая)	кКал-224.9, Белки-6.79, Жиры-5.24, Угл-37.64
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
50	Ватрушка с повидлом	кКал-159.36, Белки-3.2, Жиры-1.75, Угл-32.57
40	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-104, Белки-3.2, Жиры-0.4, Угл-22
Итого за Полдник у.		кКал-517.36, Белки-13.19, Жиры-7.39, Угл-99.41

Итого за день кКал-1 597.48, Белки-47, Жиры-46.48, Угл-248.07



Меню 1,5-3 НОВОЕ орд, 1чт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

145	Каша манная молочная вязкая с маслом	кКал-201.3, Белки-4.5, Жиры-5.2, Угл-34
25	Бутерброд с маслом	кКал-85.05, Белки-1.64, Жиры-3.83, Угл-11.07
180	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99

Итого за Завтрак1 кКал-306.3, Белки-6.14, Жиры-9.03, Угл-50.06

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	--	---------------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

Обед

20	Огурцы свежие	кКал-2.2, Белки-0.14, Жиры-0.02, Угл-0.38
155	Щи из свежей капусты со сметаной	кКал-97.07, Белки-3.1, Жиры-5.4, Угл-8.8
60	Мясо птицы, отварное с томатным соусом (филе ЦБ)	кКал-165.8, Белки-9.11, Жиры-8.62, Угл-11.4
123	Каша гречневая вязкая с маслом	кКал-112.23, Белки-3.8, Жиры-3.17, Угл-17.17
150	Компот из свежих плодов	кКал-34.05, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-7.93
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Обед кКал-507.35, Белки-19.47, Жиры-17.73, Угл-65.88

Полдник у.

150	Суп молочный с пшеном	кКал-101.15, Белки-3.56, Жиры-3.67, Угл-13.32
50	Шанежка наливная	кКал-208.27, Белки-3.76, Жиры-3.72, Угл-39.89
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
120	Яблоко	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Полдник у. кКал-462.97, Белки-9.4, Жиры-8.07, Угл-88.04

Итого за день кКал-1354.62, Белки-38.21, Жиры-38.03, Угл-213.08



Меню 3-7 НОВОЕ орд, 1чт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
160/5	Каша манная молочная вязкая с маслом	кКал-229.1, Белки-5.23, Жиры-5.93, Угл-38.7
30/5	Бутерброд с маслом	кКал-111.05, Белки-2.44, Жиры-3.93, Угл-16.57
Итого за Завтрак1		кКал-369.25, Белки-7.67, Жиры-9.86, Угл-62.47

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
9	Печенье	кКал-41.4, Белки-0.85, Жиры-1.13, Угл-6.97
Итого за Завтрак2		кКал-119.4, Белки-4.05, Жиры-4.33, Угл-16.07

Обед

20	Огурцы свежие	кКал-2.2, Белки-0.14, Жиры-0.02, Угл-0.38
220/5	Щи из свежей капусты со сметаной	кКал-140.91, Белки-4.55, Жиры-7.91, Угл-12.88
70	Мясо птицы отварное с томатным соусом (филе ЦБ)	кКал-193.5, Белки-10.9, Жиры-10.7, Угл-13.4
130/4	Каша гречневая вязкая с маслом	кКал-126.54, Белки-4.13, Жиры-3.97, Угл-18.61
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8
Итого за Обед		кКал-636.25, Белки-24.52, Жиры-23.2, Угл-82.77

Полдник у.

200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
50	Шанежка наливная	кКал-208.27, Белки-3.76, Жиры-3.72, Угл-39.89
120	Яблоко	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
180	Суп молочный с пшеном	кКал-121.38, Белки-4.28, Жиры-4.4, Угл-15.98
50	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-130, Белки-4, Жиры-0.5, Угл-27.5
Итого за Полдник у.		кКал-570.35, Белки-12.52, Жиры-9.1, Угл-109.41
Итого за день		кКал-1 695.25, Белки-48.76, Жиры-46.49, Угл-270.72



Меню 1,5-3 НОВОЕ орд, 1шт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

145	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	кКал-201.32, Белки-5.71, Жиры-7.1, Угл-28.37
25	Бутерброд с маслом	кКал-85.05, Белки-1.64, Жиры-3.83, Угл-11.07
180	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99

Итого за Завтрак1 кКал-306.32, Белки-7.35, Жиры-10.93, Угл-44.43

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	--	---------------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

Обед

150	Суп картофельный с горохом	кКал-135.8, Белки-3.8, Жиры-2.7, Угл-23.9
70	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом п/ф	кКал-82.76, Белки-4.38, Жиры-5.68, Угл-3.49
123	Макаронные изделия отварные с маслом	кКал-161.79, Белки-4.64, Жиры-2.72, Угл-29.65
150	Кисель плодово-ягодный	кКал-45.29, Белки-0.08, Жиры-0.06, Угл-11.39
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Обед кКал-521.64, Белки-16.1, Жиры-11.56, Угл-88.63

Полдник у.

150	Запеканка картофельная с мясом птицы (ЦБ)	кКал-327.13, Белки-14.28, Жиры-19.37, Угл-24.1
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Полдник у. кКал-399.08, Белки-15.88, Жиры-19.57, Угл-40.09

Итого за день кКал-1305.04, Белки-42.53, Жиры-45.26, Угл-182.25



Меню 3-7 НОВОЕ орд, 1пт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
155	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	кКал-215.7, Белки-6.2, Жиры-7.7, Угл-30.4
45	Бутерброд с повидлом	кКал-117.75, Белки-2.46, Жиры-0.3, Угл-26.25

Итого за Завтрак1 кКал-362.55, Белки-8.66, Жиры-8, Угл-63.85

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	---	---------------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

Обед

220	Суп картофельный с горохом	кКал-199.28, Белки-5.63, Жиры-4.04, Угл-35.1
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
70	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом п/ф	кКал-82.76, Белки-4.38, Жиры-5.68, Угл-3.49
134	Макаронные изделия отварные с маслом	кКал-180.23, Белки-5.04, Жиры-3.49, Угл-32.13
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8

Итого за Обед кКал-635.37, Белки-19.85, Жиры-13.81,
Угл-108.22

Полдник у.

160	Запеканка картофельная с мясом птицы (ЦБ)	кКал-348.94, Белки-15.23, Жиры-20.66, Угл-25.71
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
50	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-130, Белки-4, Жиры-0.5, Угл-27.5

Итого за Полдник у. кКал-508.04, Белки-19.23, Жиры-21.16,
Угл-60.41

Итого за день кКал-1583.96, Белки-50.94, Жиры-46.17,
Угл-241.58

