

ПОЛДНИК												
44	молоко	200	5.6	6.4	9.4	116.0	0.053	0.033	2	168	1.33	
40	банан	100	1.35	0	18.32	77.5	0.075	0.1	16.87	13.5	1.01	
			6.95	6.4	27.72	193.5	0.128	1.033	18.87	181.5	2.34	
УЖИН												
48	яйцо	40	5.64	7.16	0.68	88.8	0.03	0.02	0	44.36	0	
38	Булочка с гвоздем	70	10.3	8.45	38.10	248	0.1	0.05	0	16.67	0.8	
24	Чай сладкий с лимоном	200	0.07	0.01	15.31	61.62	0.01	0.01	0	132	0	
			16.01	15.62	54.9	398.42	0.14	0.08	0	189.99	0.8	
			49.45	98.26	240.67	1740.62	0.888	1.363	34.3	883.71	14.2	
ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
8	Лапша молочная	200	8.0	9.6	33.4	204	0.02		0	240	0	
23	Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69	0.07	0	0	220	0	
39,51	Хлеб пшеничный с маслом	40/8	3.056	6.95	20.61	153.015	0.04	0.01	0	7.6	0.48	
			13.846	19.74	73.72	475.705	0.13	0.01	0	467.6	0.48	
ОБЕД												
66	Салат из свежей моркови	60	0.57	5.04	5.19	68.4	0.15	0.01	4.2	28.8	1.52	