

Шоколад	1\30	6,9	35,7	52,4	278,9	0,05	0	0	0,26	0,5	148	0,85	10	0,48
итого		23,6	47,3	138,2	833,7	6,99	19,6	24	14,03	79,5	354,5	214,25	37,89	24,28
Обед														
Котлеты из говядины	1/60	5,6	9,2	10,2	164	0,09	32	2,7	0,8	32	109	15	1,6	2,8
Картофельное пюре	1/150	3,8	4,1	31,4	178	0,06	1,7	0	2,4	83	19	29	0,4	0,5
Чай с лимоном	1\200	0,4	0,1	14,5	62	0	0	0	7,5	11	4,8	0,95	0,8	0,24
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233	0,1	0	0	0,07	0,9	20	65	14	0,9
Яблочки	1/150	0,5	0,6	16	33	0,045	15	0	0	0,3	24	16,5	13,5	3,3
Вафли	1\30	3,4	7,5	4,5	2,8	0,4	0	0	3,8	1,2	36	2,5	12	0,5
Шоколад	1\30	6,9	35,7	52,4	278,9	0,05	0	0	0,26	0,5	148	0,85	10	0,48
Круасаны с слив.кремом	1./45	15	8,1	1,3	147	0,03	0,6	57	0,3	14	41	13	0,7	1,3
ИТОГО		35,1	64,7	114,3	832,7	0,63	34,3	59,7	15,06	141,7	357,8	61,3	25,5	5,82