

Салат из свежих огурцов	60	Обед			35,4	0	5,4	0,17	0	0,6	12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19
		Б	Ж	У											
Борщ овощной с говядиной отварной	200/5	2,88	4,12	9,36	85,8	0,04	8,8	0,17	170	0,19	35,9	50,8	19,8	1,14	ТТК-76,04
Говядина тушеная с капустой	250	29,94	29,68	10,16	427,42	0,13	27,42	0,16	160	5	72,58	288,71	53,23	4,84	ТТК-262
Хлебц безглютеновый	32	2,5	0,38	26,54	119,36	0,21	0	0,12	120	0,21	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1
Компот из свежих фруктов (без сахара)	200	0,22	0,22	31	127,78	0,01	2,22	0	0	0,11	7,78	4,44	4,44	1,11	ТТК-394
Итого за Обед	747	36,87	37,44	78,56	795,76	0,39	43,84	0,45	450	6,11	150,94	423,75	110,87	8,67	
Итого за день		40,97	40,64	140,51	1092,43	0,59	48,94	0,51	510	7,59	219,84	556,41	150,89	12,41	

Рацион: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

День: 3

Возраст: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины						Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, мг)	Е (мг)	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак																	
Тыква припущенная с яблоками	150	1,68	10,2	24,12	198	0,07	10,8	0,35	350	2,88	48	52,8	25,2	2,4	ТТК-140,01		
Хлебц безглютеновый	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1		
Чай (без сахара)	200	0,67	0,02	11,1	44,44				0		11,11	2,78	1,44	0,31	ТТК-411,05		
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9	2,2	338		
Итого за Завтрак	466	4	10,8	58,29	349,12	0,2	20,8	0,44	440	3,18	86,15	95,08	48,44	5,49			
Обед																	
Салат из свежих отварной	60	0,84	3,61	4,98	55,68	0,01	3,99	0	0	0	21,28	24,38	12,42	0,79	52		
Щи из свежей капусты с картошкой и курой отварной	200/5	1,9	4,27	6,83	76,9	0,05	2,7	0,01	10	1,91	37,56	43,9	17,9	0,74	ТТК-73		
Рыба припущенная с зеленью	100	11,38	0,38	0	47,5	0,05	0	0	0	0,38	13,75	108,75	5	0,38	ТТК-245		
Рагу овощное с тыквой	150	1,88	6,5	10,25	107	0,13	14,13	0	0	2,63	39,5	55,75	23,5	1,25	ТТК-142,08		
Хлебц безглютеновый	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	0,12	120	0,21	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
Компот из свежих фруктов (без сахара)	200	0,22	0,22	31	127,78	0,01	2,22	0	0	0,11	7,78	4,44	4,44	1,11	ТТК-394		
Итого за Обед	747	18,72	15,34	79,58	534,22	0,46	23,04	0,13	130	5,24	141,95	294,22	89,86	5,43			
Итого за день		22,72	26,14	137,87	883,34	0,66	43,84	0,57	570	8,42	228,1	389,3	137,3	10,92			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины						Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, мг)	Е (мг)	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак																	
Капша гречневая жириная (на воде с маслом сливочным, без сахара)	150	4,83	1,17	25,67	135	0,16		0,02	20	0,86	7,33	19,17	73,33	1,92	ТТК-189,11		
Хлебц безглютеновый	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1		
Чай (без сахара) с лимонном	200/5	0,67	0,02	11,3	45,24				0		12,91	3,78	1,94	0,41	ТТК-411,05		
Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	2,3	338		
Итого за Завтрак	471	7,15	1,67	60,54	286,92	0,28	5	0,08	80	1,36	50,28	67,45	100,07	5,21			

День: 4

Возраст: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины						Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, мг)	Е (мг)	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак																	
Капша гречневая жириная (на воде с маслом сливочным, без сахара)	150	4,83	1,17	25,67	135	0,16		0,02	20	0,86	7,33	19,17	73,33	1,92	ТТК-189,11		
Хлебц безглютеновый	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1		
Чай (без сахара) с лимонном	200/5	0,67	0,02	11,3	45,24				0		12,91	3,78	1,94	0,41	ТТК-411,05		
Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	2,3	338		
Итого за Завтрак	471	7,15	1,67	60,54	286,92	0,28	5	0,08	80	1,36	50,28	67,45	100,07	5,21			

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		Витамины										Минеральные вещества (мг)						
						В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол экв. СУТ)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Fe								
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СВЕЖИЙ	60	0,42	0,06	1,14	7,2	0,02	2,94	0	0	0	0,06	10,2	18	8,4	0,3	71						
СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ЗЕЛЕНЬЮ	200	0,28	0,03	0,24	4	0	0	0,01	10	0	0	2	2	2	0,04	ТТК-60,05	2015					
ГОРЯЧИЙ ТУШЕНАЯ	100	15,5	16,5	2,8	220	0,04	0	0,06	60	2,2	10	154	20	2	ТТК-257,03							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0,03	0	0,03	30	0,3	11	78	26	0,6	323	2008						
ХЛЕБЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	0,12	120	0,21	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1							
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара)	200	0,22	0,22	31	127,78	0,01	2,22	0	0	0,11	7,78	4,44	4,44	1,11	ТТК-394							
Итого за Обед	742	22,52	21,77	99,42	684,34	0,31	5,16	0,22	220	2,88	63,06	313,44	86,44	5,21								
Итого за день		29,67	23,44	159,96	971,26	0,59	10,16	0,3	300	4,24	113,34	380,89	186,51	10,42								

Рацион: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

День: 5

Возраст: 7-11 лет

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		Витамины										Минеральные вещества (мг)						
						В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол экв. СУТ)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Fe								
КАША ВЯЖКАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАТОЙ (на воде с маслом сливочным без сахара)	150	4,43	4,67	20,2	140,23	0,1	1,82	0,05	50	569,3	78,21	108,14	30,77	0,82	ТТК-262							
ХЛЕБЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	18	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1							
ЧАЙ (без сахара)	200	0,67	0,02	11,1	44,44				0		11,11	2,78	1,44	0,31	ТТК-411,05							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9	2,2	338	2015						
Итого за Завтрак	466	6,75	5,27	54,37	291,35	0,23	11,82	0,14	140	569,6	116,36	150,42	54,01	3,91								
Обед																						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И ОГУРЦА	60	0,9	6,06	2,64	69	0,02	15,6	0,02	20	2,82	15,6	22,2	12	0,48	ТТК-29,01							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ ОТВАРНОЙ	200/5	2,91	3,72	8,2	81,9	0,07	9,7	0,02	20	0,18	26,9	48,2	17,7	0,74	ТТК-95,09							
ХЛЕБЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ИЗ ИНДЕЙКИ	250	28,17	26,83	22,33	443,33	0,17	8,33	0,02	20	0,33	16,67	316,67	26,67	0,03	ТТК-258,03							
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара)	32	2,5	0,36	28,54	119,36	0,21	0	0,12	120	0,21	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1							
Итого за Обед	200	0,22	0,22	31	127,78	0,01	2,22	0	0	0,11	7,78	4,44	4,44	1,11	ТТК-394							
Итого за день	747	34,7	37,19	90,71	841,37	0,48	35,85	0,18	180	3,65	89,03	448,51	86,41	3,52								
		41,45	42,46	146,08	1132,72	0,71	47,67	0,32	320	573,25	205,39	598,93	140,42	7,43								

Рацион: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

День: 6

Возраст: 7-11 лет

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		Витамины										Минеральные вещества (мг)						
						В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол экв. СУТ)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Fe								
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ"	150	3,6	4,6	10,4	97,4	0,03	0	0,03	30	0,3	23,5	78	26	0,6	ТТК-323,03							
ЧАЙ (без сахара)	200	0,67	0,02	11,1	44,44				0		11,11	2,78	1,44	0,31	ТТК-411,05							
ХЛЕБЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1							
ФРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	2,3	338	2015						
Итого за Завтрак	466	5,92	5,1	45,07	248,52	0,15	5	0,09	90	0,8	64,65	125,28	52,24	3,79								

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОТВАРНОЙ СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ЗЕЛЕНЬЮ РЫБА ПРИПТИВЕННАЯ С ЗЕЛЕНЬЮ КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫЛЧАТАЯ ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛИТЕНОВЫЙ КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара)	Итого за Обед	Итого за день	Обед																			
			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины											Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур
			Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (реглак, суТ)	Е (мг)	Са	Р	Мг	Fe							
60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0	0	0	0	0	0	0	21,28	24,38	12,42	0,79	52	2015			
200	0,28	0,03	0,24	4	0	0	0,01	10	0	0	0	0	0	2	2	2	0,04	ТТК-60,05				
100	11,38	0,38	0	47,5	0,05	0	0	0	0,38	13,75	108,75	5	0,38	ТТК-245								
150	3,6	4,6	37,7	206	0,03	0	0,03	30	0,3	11	78	26	0,6	323								
32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	0,12	120	0,21	22,08	57	26,6	1,16	ТТК-639,1					2008			
200	0,22	0,22	31	127,78	0,01	2,22	0	0	0,11	7,78	4,44	4,44	1,11	ТТК-394								
742	18,82	9,2	100,44	560,32	0,31	6,21	0,16	160	1	77,89	274,57	75,46	4,08									
	22,22	19,89	148,14	865,47	0,5	22,04	0,57	570	4,38	159,15	374,65	126,9	9,64									

Рацион: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

День: 9

Возраст: 7-11 лет

ПРИЕМ ПИЩИ, НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины											Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (реглак, суТ)	Е (мг)	Са	Р	Мг	Fe							
		КАША ОВСЯНАЯ "ПЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара)	150	5,1	3,5	18,9	128	0,05	1	0	0,4	99	105	23	1	ТТК-189,12					
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛИТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1						
ЧАЙ (без сахара)	200/5	0,07	0,01	0,21	1,27	0	0,83	0	0	0	5,02	3,78	1,94	0,38	ТТК-411,01						
РЫБКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	9	2,2	338							
Итого за Завтрак	471	6,82	4,09	42,18	235,95	0,18	11,83	0,09	90	0,7	131,06	48,74	4,16								
СУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СВЕЖИЙ	60	0,42	0,06	1,14	7,2	0,02	2,94	0	0,06	10,2	18	8,4	0,3	71							
ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ ОТВАРНОЙ	200/5	2,75	3,64	6,12	73,1	0,05	18,5	0,17	170	0,18	30,9	43,4	16,9	0,74	84			2015			
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ТТК-293,02)	100	11,2	18,6	10,6	258	0,06	0	0,04	40	1	20	154	20	2	ТТК-293,02						
ТРЯВКА ОТВАРНАЯ (с маслом сливочным)	150	1,65	5,55	10,35	99	0,06	6,97	0,03	30	0,77	44,43	41,86	23,43	0,66	471			2013			
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛИТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	0,12	120	0,21	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1						
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара)	200	0,22	0,22	31	127,78	0,01	2,22	0	0,11	7,78	4,44	4,44	1,11	ТТК-394							
Итого за Обед	747	18,74	26,43	85,75	684,44	0,41	30,63	0,36	360	2,33	135,39	318,7	98,77	5,97							
Итого за день		25,56	30,52	127,93	920,39	0,59	42,46	0,45	450	3,03	266,45	466,98	145,61	10,13							

Рацион: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

День: 10

Возраст: 7-11 лет

ПРИЕМ ПИЩИ, НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины											Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (реглак, суТ)	Е (мг)	Са	Р	Мг	Fe							
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара)	150	4,83	1,17	25,67	135	0,16	0,02	20	0,86	7,33	19,17	73,33	1,92	ТТК-189,11					
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛИТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1						
ЧАЙ (без сахара)	200	0,67	0,02	11,1	44,44				0		11,11	2,78	1,44	0,31	ТТК-411,05						
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0,4	19	16	12	2,3	338							
Итого за Завтрак	466	7,15	1,67	60,34	266,12	0,28	5	0,08	80	1,36	48,48	66,45	99,57	5,11				2015			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		Завтрак					Обед						
						В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, мкг)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Fe			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАГЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,29	3,12	3,06	41,4	0,03	2,88	0,02	20	0,72	78	14,4	10,8	0,3	ТТК-22,08		
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ	200/5	1,78	4,35	7,36	85,3	0,06	9,2		0	1,88	30,78	45,22	16,7	0,72	99	2015	
ГОРЯЧИНА ТУШЕНАЯ	100	15,5	16,5	2,8	220	0,04		0,06	60	2,2	10	154	20	2	ТТК-257,03		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСЫЛЧУГАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ"	150	3,6	4,6	10,4	97,4	0,03	0	0,03	30	0,3	23,5	78	26	0,6	ТТК-323,03		
ХЛЕБЦЫ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	0,12	120	0,21	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара)	200	0,22	0,22	31	127,78	0,01	2,22	0	0	0,11	7,78	4,44	4,44	1,11	ТТК-394		
Итого за Обед	747	23,89	29,15	91,16	691,24	0,38	14,3	0,23	230	5,42	112,14	353,06	103,54	5,89			
Итого за день		31,04	30,82	141,5	977,36	0,66	19,3	0,31	310	6,78	160,62	419,51	203,11	11			

Район: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

День: 11

Возраст: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		Завтрак					Обед						
						В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, мкг)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Fe			
КАША ВЯЖАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАТОЙ (на воде с маслом сливочным, без сахара)	150	4,43	4,67	20,2	140,23	0,1	1,82	0,05	50	699,3	78,21	108,14	30,77	0,82	ТТК-262		
ХЛЕБЦЫ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1		
ЧАЙ (без сахара) С ЛИМОНОМ	200/5	0,67	0,02	11,3	45,24				0		12,91	3,78	1,94	0,41	ТТК-411,05		
РЫБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9	2,2	338	2015	
Итого за Завтрак	471	6,75	5,27	54,67	292,15	0,23	11,82	0,14	140	699,6	118,16	151,42	64,61	4,01			
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,9	6,06	2,64	69	0,02	15,6	0,02	20	2,82	15,6	22,2	12	0,48	29	2008	
БОРЩ ОВОЩНОЙ С КУРОЙ ОТВАРНОЙ	200/5	2,83	3,64	9,4	85,1	0,04	9,7	0,17	170	0,18	37,3	47,4	19,3	1,14	ТТК-76,04		
ХЛЕБЦЫ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	280	23,17	26,83	22,33	443,33	0,17	8,33	0,02	20	3,67	35	316,67	60	5	ТТК-288		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара)	200	0,22	0,22	31	127,78	0,01	2,22	0	120	0,21	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
Итого за Обед	747	34,62	37,11	91,91	844,57	0,45	35,85	0,33	330	6,99	117,76	447,71	121,34	1,11	ТТК-394		
Итого за день		41,37	42,38	146,48	1136,72	0,68	47,67	0,47	470	576,59	235,92	599,13	176,85	12,9			

Район: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

День: 12

Возраст: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		Завтрак					Обед						
						В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, мкг)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Fe			
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара)	150	2,78	2,7	27,08	144,75	0,08			0	0,98	25,95	84,38	13,28	0,45	ТТК-184		
ХЛЕБЦЫ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	0,06	60	0,1	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1		
ЧАЙ (без сахара)	200	0,67	0,02	11,1	44,44				0		11,11	2,78	1,44	0,31	ТТК-411,05		
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	2,3	338	2015	
Итого за Завтрак	466	5,1	3,2	61,75	295,87	0,2	5	0,06	60	1,48	67,1	131,66	39,52	3,64			

