





Полдник	Блинчики со сгущенным молоком	60/15	120/20	3,2	2,26	60	196	0,75	6,4	4,52	120	392	1,5	547
	Чай с сахаром	150	180	0	0	8,98	36	0	0	0	11,98	48	0	502
<b>Итого за полдник:</b>		<b>225</b>	<b>320</b>	<b>3,2</b>	<b>2,26</b>	<b>68,98</b>	<b>232</b>	<b>0,75</b>	<b>6,4</b>	<b>4,52</b>	<b>131,98</b>	<b>440</b>	<b>1,5</b>	
<b>Итого за день:</b>				<b>32,86</b>	<b>34,44</b>	<b>211,78</b>	<b>1217,96</b>	<b>22,77</b>	<b>43,85</b>	<b>46,79</b>	<b>312,00</b>	<b>1698,24</b>	<b>26,48</b>	





	Чай с молоком	150	180	1,13	0,98	11,9	60,8	0,98	1,35	1,17	14,31	72,9	1,17	506
<b>Итого за полдник:</b>		210	250	5,43	9,18	40,6	213,1	1,21	6,4	10,8	47,83	250,6	1,44	
<b>Итого за день:</b>				34,22	40,82	152,23	1117,39	24,2	41,72	51,34	185,67	1372,58	31,88	







