



белки	жиры	углеводы	калл
-------	------	----------	------

15 апреля 2024

1	Фрукты (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	71
---	-----------------	-----	-----	-----	------	----

Итого 30,00

16 апреля 2024

1	Фрукты (бананы)	150	1,65	0,45	34,2	133,5
---	-----------------	-----	------	------	------	-------

Итого 30,00

17 апреля 2024

1	Фрукты (мандарины)	90	0,31	0,8	13,35	53
---	--------------------	----	------	-----	-------	----

Итого 30,00

18 апреля 2024

1	Фрукты (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	71
---	-----------------	-----	-----	-----	------	----

Итого 30,00

19 апреля 2024

1	Сок фруктовый	200			9,8	45
---	---------------	-----	--	--	-----	----

Итого 30,00

20 апреля 2024

1	Овощи свежие(огурец)	60	0,40	0,06	2,18	9
---	----------------------	----	------	------	------	---

Итого 30,00

22 апреля 2024

1	Фрукты (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	71
---	-----------------	-----	-----	-----	------	----

Итого 30,00

23 апреля 2024

1	Фрукты (мандарины)	90	0,31	0,8	13,35	53
---	--------------------	----	------	-----	-------	----

Итого 30,00

24 апреля 2024

1	Сок фруктовый	200	7,50	9,80	9,8	45
---	---------------	-----	------	------	-----	----

Итого 30,00

25 апреля 2024

1	Фрукты (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	71
---	-----------------	-----	-----	-----	------	----

Итого 30,00

26 апреля 2024

1	Фрукты (бананы)	150	1,65	0,45	34,2	133,5
---	-----------------	-----	------	------	------	-------

Итого 30,00

27 апреля 2024

1	Овощи свежие(огурец)	60	0,40	0,06	2,18	9
---	----------------------	----	------	------	------	---

Итого 30,00