

"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

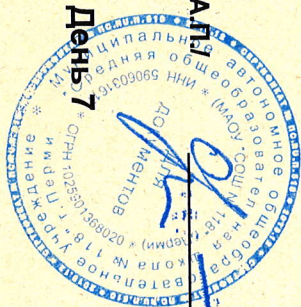
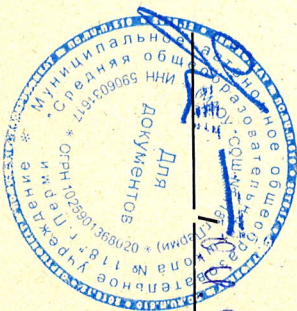
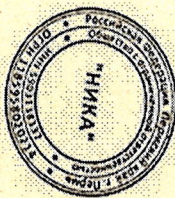
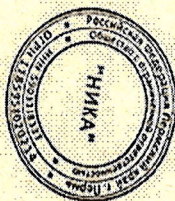
"СОГЛАСОВАНО"

Директор — *М.П.* Теплоухов А.П./

Директор — *М.П.* Теплоухов А.П./

День 6

День 7



МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

ЗАВТРАК

ЗАВТРАК

СЫР(ПОРЦИОННО)2021.	7	1,8	1,8	0,0	24
КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ТЕРКУЛЕСА" (ЖИДКАЯ)	150	5,4	6,3	22,3	168
ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)..	170	1,2	1,1	14,9	74
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021	5	0,0	3,6	0,1	33
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(СБ 2021).	150	3,9	4,9	24,7	159
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ).	180	1,3	1,1	15,6	78
БАТОН,	20	1,7	0,3	10,5	51

2-ОЙ ЗАВТРАК

2-ОЙ ЗАВТРАК

ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,6	0,6	14,7	71
--------------	----	-----	-----	------	----

ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,6	0,6	14,7	71
--------------	----	-----	-----	------	----

ОБЕД

ОБЕД

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ(СБ 2021)	50	0,9	3,1	4,9	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ,ГРЕНКАМИ,	150/10	5,0	2,7	20,7	127
КОТЛЕТЫ "ТЕРМСКИЕ**"	60	9,8	8,9	7,1	148
МАКАРОННЫЕ ИЗД.ОТВАРН.С ОВОЩАМИ.	110	4,0	4,4	24,8	156
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА,	150	0,0	0,0	11,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ(СБ 2021),	60	0,4	3,7	1,1	39
РАССОЛЫНИК ДОМАШНИЙ,	180	6,3	7,0	11,2	134
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ*	70	10,7	2,4	7,1	93
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,7	5,1	18,2	130
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК,	150	0,1	0,1	14,1	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

ПОЛДНИК

ПОЛДНИК

КЕФИР.	180	5,2	4,5	7,2	90
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (2 ШТ)	35	2,6	3,4	26,0	146

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	180	5,2	4,5	8,6	97
ПРЯНИКИ (35).	35	1,4	10,7	21,9	189

УЖИН

УЖИН

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ,(СБ 2021)..	50	1,4	3,1	8,2	66
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ,	120	2,4	4,4	19,4	127
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ.	50	8,3	4,6	3,3	88
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	180/7	0,1	0,0	13,7	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ 2021)..	40	0,4	2,5	3,0	36
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ,	130	23,3	8,9	31,3	303
СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ.	30	0,6	1,5	4,0	32
ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180	0,0	0,0	9,0	36
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

Калькулятор — *Мельникова А.А.*

Калькулятор — *Мельникова А.А.*

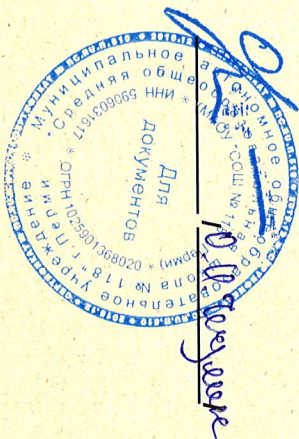
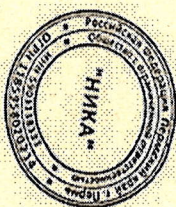


"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор \_\_\_\_\_ Леплоухов А.П./

День 8



МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

**ЗАВТРАК**

СЫР(ПОРЦИОННО)2021.	7	1,8	1,8	0,0	24
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ,(СБ 2021)	190	17,8	22,6	4,5	293
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)*	170	2,5	2,1	16,9	97
БАТОН,	20	1,5	0,6	10,3	52

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

СОК ГРУШЕВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	92
--------------	-----	-----	-----	------	----

**ОБЕД**

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ(2021)	60	0,9	3,1	4,1	49
УХА РЫБАЦКАЯ (2021).	180	5,4	2,2	11,3	87
БИТОЧКИ ПРИПУШЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,2	8,9	7,3	154
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ..	110	3,5	4,9	15,8	121
КИСЕЛЬ ИЗ СВ ЯБЛОК.(2018)	180	0,1	0,1	23,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

**ПОЛДНИК**

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ..	170	6,8	2,6	24,3	147
БАРАНКИ (40)	1ШТ	3,3	3,2	24,2	139

**УЖИН**

ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,	50	0,4	0,1	1,0	6
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ(С-2021).	160	16,1	34,9	21,5	465
СОУС СМЕТАННЫЙ(2021).	30	0,5	2,8	1,1	32
ЧАЙ С МОЛОКОМ.(2018)	180	1,3	1,1	11,2	60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

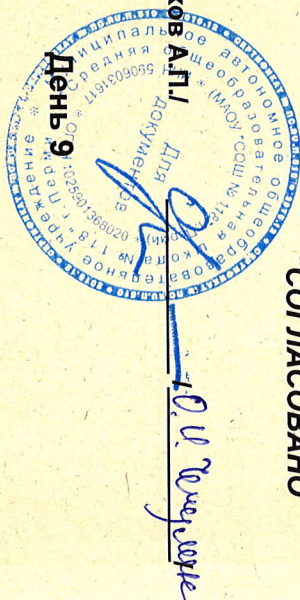
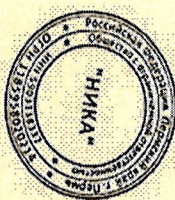
Калькулятор — *Мельникова А.А./*

"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор \_\_\_\_\_ Леплоухов А.П./

День 9



МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

**ЗАВТРАК**

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-й ВАР)	20/5	0,2	3,7	1,9	41
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ(СБ 2021).	180	7,7	6,0	34,8	225
КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ).	150	2,7	2,2	18,8	107

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

ЯБЛОКО (130).	ШТ	0,5	0,5	12,7	61
---------------	----	-----	-----	------	----

**ОБЕД**

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ(СБ 2021)	50	0,9	3,1	4,9	51
СВЕКОЛЫНИК (СБ 2021),	180/5	1,7	2,7	12,3	81
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ(2021)	70	10,8	11,8	5,9	173
МАКАРОННЫЕ ИЗД.ОТВАРН.С ОВОЩАМИ.	110	4,0	4,4	24,8	156
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,3	0,0	16,3	68
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

**ПОЛДНИК**

КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	75
МАННИК (СБ 2021)	50	3,2	3,5	16,5	110

**УЖИН**

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)..	50	0,6	3,0	5,6	53
ПЕЧЕНЬ,ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ(СБ 2021)*	50/30	15,9	11,9	8,6	206
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(1-й ВАР)2021..	110	2,7	3,4	14,0	98
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	180/7	0,1	0,0	13,7	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ..	30	2,4	0,2	13,4	66

Калькулятор — *Мельникова А.А./*

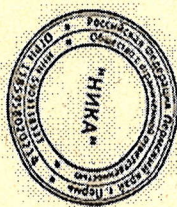


"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор — *Г.Г. Геплоухов* А.П./

День 10



МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

ЗАВТРАК

СЫР(ПОРЦИОННО)2021.	7	1,8	1,8	0,0	24
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021)*	150	5,7	5,6	27,4	183
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)*	170	1,2	1,1	14,8	74
БАТОН	30	2,5	0,4	15,7	77

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ЯБЛОЧНЫЙ...	150	0,8	0,2	15,2	69
-----------------	-----	-----	-----	------	----

ОБЕД

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ.,	40	0,4	2,1	1,2	25
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	8,0	6,8	19,5	172
БИГУС*(С-2021).	170	13,8	29,3	8,1	353
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА.	180	0,4	0,1	25,3	104
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,2	9,5	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5,0	9,6	108
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ.,	40	4,3	4,4	23,8	152

УЖИН

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (2-й ВАР.2021)	20/10	1,3	0,5	17,2	79
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.,	130	17,7	10,8	31,4	297
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.	20	1,4	1,7	11,2	66
ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180	0,0	0,0	9,0	36
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,2	0,2	17,8	88

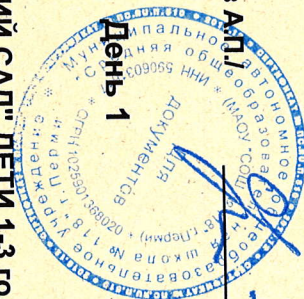
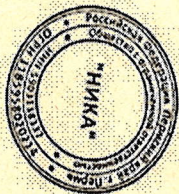
Калькулятор — *Нельникова А.А.*

"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор — *Г.Г. Геплоухов* А.П./

День 1



МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

ЗАВТРАК

СЫР(ПОРЦИОННО)2021.	7	1,8	1,8	0,0	24
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	4,7	4,9	23,9	159
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ).	180	2,6	2,3	17,8	103
БАТОН,	20	1,5	0,6	10,3	52

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	92
--------------	-----	-----	-----	------	----

ОБЕД

САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ(СБ 2021).	40	0,5	2,5	2,4	34
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОШЕЙ С ГРЕНКАМИ(2021)	180/10	2,9	3,5	13,8	99
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	50	8,6	8,6	7,1	140
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ..	110	3,5	4,9	15,8	121
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (СБ 2021).	150	0,2	0,2	11,4	51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5,0	9,6	108
БАРАНКИ (40)	1ШТ	3,3	3,2	24,2	139

УЖИН

ОГУРЧИК СВЕЖИЙ*	60	0,4	0,1	1,1	7
СУФЛЕ РЫБНОЕ.	60	11,7	6,6	5,0	127
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021),	110	2,3	4,3	15,4	110
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018).	170/7	0,1	0,0	9,3	37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47

Калькулятор — *Нельникова А.А.*



"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

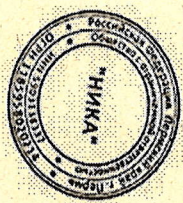
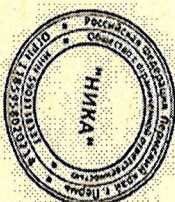
"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор И.И. Теплухов А.П./

Директор И.И. Теплухов А.П./



День 2

День 3

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

**ЗАВТРАК**

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-й ВАР)	20/5	1,5	4,2	10,4	85
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ..(СБ 2021)	190	17,8	22,6	4,5	293
ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ).	180	1,3	1,1	15,6	78
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>					
ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,6	0,6	14,7	71

**ЗАВТРАК**

СЫР(ТОРЦИОННО)2021.	7	1,8	1,8	0,0	24
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021)*	150	5,7	5,6	27,4	183
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)*	170	1,2	1,1	14,8	74
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>					
СОК ГРУШЕВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	92

**ОБЕД**

ПОМИДОР СВЕЖИЙ.	40	0,4	0,1	1,5	10
СУП КАРТОФ.С МЯС.ФРИКАДЕЛЬКАМИ,	150/25	7,0	6,6	10,9	131
БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	50	8,0	6,4	5,1	110
КАПУСТА ТУШЕНАЯ*.	130	3,1	4,5	13,5	109
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3	0,0	20,0	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

**ОБЕД**

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ(СБ 2021)	50	0,9	3,1	4,9	51
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	1,6	2,2	12,4	76
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ..	50/30	13,6	12,7	4,9	189
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,	110	4,2	4,1	26,4	159
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (СБ 2021).	150	0,2	0,2	11,4	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

**ПОЛДНИК**

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	7,2	2,7	25,7	156
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (2 ШТ)	35	2,6	3,4	26,0	146
<b>УЖИН</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)..	50	0,6	3,0	5,6	53
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ ..	130	20,9	10,6	18,9	259
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,2	2,6	16,7	98
ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180	0,0	0,0	9,0	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47

**ПОЛДНИК**

КЕФИР.	180	5,2	4,5	7,2	90
ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ..	50	4,7	2,0	24,7	136
<b>УЖИН</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ..	60	0,8	6,1	4,8	77
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ..	160	14,3	16,3	14,9	264
ЧАЙ С МОЛОКОМ..(2018)	200	1,5	1,3	12,5	67
ХЛЕБ РЖАНОЙ..	30	2,4	0,2	13,4	66

Калькулятор И.И. Теплухов А.П./

Калькулятор И.И. Теплухов А.П./



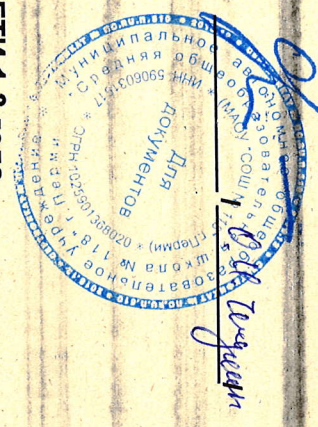
"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор — *Г.П. Теплоухов* А.П./



День 4



МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

ЗАВТРАК

СЫР(ПОРЦИОННО)2021.	7	1,8	1,8	0,0	24
КАША "ДРУЖБА"(2021),	150	4,0	5,1	21,4	148
КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ).,	180	3,3	2,7	22,6	128
БАТОН,	20	1,5	0,6	10,3	52

2-ОЙ ЗАВТРАК

ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,6	0,6	14,7	71
--------------	----	-----	-----	------	----

ОБЕД

ОГУРЧИК СВЕЖИЙ	40	0,3	0,0	0,8	5
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ 2021).	180/10	1,6	5,8	8,3	92
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (2018),	90	13,0	5,3	13,6	154
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ДЛЯ ПОЛИВКИ БЛЮД)2021	5	0,0	3,6	0,1	33
ПРОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021),	110	2,3	4,3	15,4	110
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА,(2018)	150	0,5	0,2	14,7	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,2	0,2	17,8	88

ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	180	5,2	4,5	8,6	97
БАРАНКИ (40)	ШТ	4,2	0,5	25,7	124

УЖИН

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (2-й ВАР.2021).,	20/5	1,5	0,6	13,5	65
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.,	130	17,7	10,8	31,4	297
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ	30	2,2	2,6	16,7	98
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,1	0,0	9,3	37
ХЛЕБ РЖАНОЙ.,	30	2,4	0,2	13,4	66

Калькулятор — *Н.И. Мельникова* А.А./

"УТВЕРЖДАЮ"  
ООО "Ника"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор — *Г.П. Теплоухов* А.П./



День 5



МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД" ДЕТИ 1-3 года

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	Ккал
--------------------	-------	------	------	------	------

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-й ВАР)	20/5	1,5	4,2	10,4	85
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,8	4,7	25,8	169
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ).	180	2,6	2,3	17,8	103

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	92
--------------	-----	-----	-----	------	----

ОБЕД

ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (СБ 2021).	180/9	1,5	2,9	9,2	69
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С-2021) .	160	13,3	26,3	28,2	403
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА,	150	0,4	0,1	21,2	87
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

ПОЛДНИК

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	5,0	4,5	22,9	152
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ,	50	3,5	6,2	30,9	193

УЖИН

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ*,,	50	0,5	2,6	1,4	31
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" ,,	60	5,8	6,5	8,6	116
РИС С ОВОЩАМИ (2021)	110	3,4	3,9	30,3	170
ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180	0,0	0,0	9,0	36
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,1	8,9	44

Калькулятор — *Н.И. Мельникова* А.А./