

9 день

		Завтрак												
170	2008	214	15,40	16,05	19,09	282,41	0,09	0,00	0,377	4,01	128,59	281,35	21,62	3,15
35	к/к	к/к	0,03	0,03	27,90	112,00	0,07	0,00	0,050	0,54	8,75	4,20	2,10	0,49
200/5	2021	54-3тн	0,30	0,60	6,70	27,90	0,00	1,16	0,000	0,01	6,90	8,50	4,60	0,80
30	к/к	к/к	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36
210	к/к	к/к	2,52	5,25	11,70	104,10	0,02	2,88	0,023	0,00	196,20	100,80	6,00	0,18
650			19,90	21,90	78,49	590,76	0,21	4,04	0,453	4,92	346,14	414,35	38,22	4,98
		Обед												

80	2018	74	6,08	8,50	10,12	141,30	0,06	2,18	0,152	2,26	17,29	124,26	39,95	1,00
200/5	2008	95	4,16	4,18	29,11	134,60	0,09	8,80	0,150	0,62	32,90	60,45	21,05	0,94
247	2016	315,00	19,11	13,75	29,19	317,55	0,21	26,70	0,050	0,87	89,75	242,62	61,40	2,30
200	2008	394	0,20	0,20	27,90	114,00	0,01	2,00	0,000	0,20	7,00	4,00	4,00	1,00
45	к/к	к/к	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40
30	к/к	к/к	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36
822			32,98	27,70	121,12	866,20	0,45	39,68	0,355	4,71	160,38	498,53	141,55	7,00
1472			52,88	49,60	199,61	1458,96	0,66	43,72	0,808	9,64	506,52	912,88	179,77	11,98

10 день

		Завтрак												
160	2008	211	8,73	10,50	36,30	274,60	0,69	0,00	0,140	1,10	127,40	113,50	10,38	0,98
30/5/20	2008	2	1,69	3,63	29,28	156,50	0,05	0,48	0,040	0,60	9,90	30,65	11,70	0,69
200	2021	54-4тн	1,60	1,40	8,60	53,50	0,01	0,30	0,007	0,00	57,30	46,30	9,90	0,80
150	к/к	к/к	0,47	0,47	12,54	56,40	0,04	12,00	0,000	0,48	19,20	13,20	10,80	2,64
565			12,49	16,00	86,72	541,00	0,79	12,78	0,187	2,18	213,80	203,65	42,78	5,11

80	2021	54-2з	0,45	0,08	1,50	8,47	0,02	6,00	0,006	4,08	13,80	25,20	8,40	0,36
200/5	2008	84	4,65	5,70	6,48	95,80	0,06	19,40	0,180	0,40	40,20	58,40	20,40	0,80
100/50	2008	285/565	12,90	15,10	19,10	264,00	0,05	3,00	0,150	2,30	14,00	154,00	25,00	2,20
150	2008	323	3,60	4,60	37,70	206,00	0,03	0,00	0,030	0,30	11,00	78,00	26,00	0,60
200	2008	406	0,70	0,10	37,00	151,00	0,02	0,00	0,000	1,10	28,00	24,00	15,00	0,40
45	к/к	к/к	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40
30	к/к	к/к	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36
870			25,73	26,65	135,58	884,02	0,26	28,40	0,369	8,94	120,44	406,80	109,95	6,12
1435			38,22	42,65	222,30	1425,02	1,04	41,18	0,556	11,12	334,24	610,45	152,73	11,23

11 день

		Завтрак												
170	2008	225	20,28	15,34	32,90	351,00	0,09	0,00	0,140	0,78	193,70	265,20	33,80	1,56
30/10	2008	3	4,54	3,17	14,64	105,25	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52
200	2021	54-23тн	3,80	3,50	15,68	109,40	0,00	0,65	0,016	0,00	138,75	133,75	38,38	1,38
210	к/к	к/к	2,52	5,25	11,70	104,10	0,02	2,88	0,023	0,00	196,20	100,80	6,00	0,18
620			31,14	27,26	74,92	669,75	0,15	3,64	0,207	1,09	683,25	634,15	92,28	3,64

80	2008	40	1,28	4,08	6,16	66,50	0,02	21,60	0,024	1,84	39,20	22,40	12,00	0,56
200/5	2008	76	2,43	3,95	9,46	83,60	0,06	8,78	0,165	0,13	38,80	49,45	20,45	1,03
100	2008	233	12,20	10,80	17,40	216,00	0,00	0,00	0,080	3,20	22,00	174,00	8,00	0,60
150	2008	335	3,10	5,30	20,30	141,00	0,14	5,00	0,040	0,20	47,00	85,00	29,00	1,10
200	2008	442	0,00	0,00	22,00	88,00	0,04	50,00	0,008	0,20	16,00	292,00	20,00	0,54
45	к/к	к/к	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40
30	к/к	к/к	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36
810			22,44	25,20	109,12	753,85	0,34	85,38	0,320	6,33	176,44	690,05	104,60	5,59
1430			53,58	52,46	184,04	1423,60	0,49	89,02	0,527	7,42	859,69	1324,20	196,88	9,23