

№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Полдник</b>						
317	Чай с лимоном	200	114,66	9,02	2,28	15,42
8	Бутерброд с сыром	50	335,49	16	1	70
11	Яблоко	200	37,6	0,2	0,2	8,2
	Итого	450	487,75	25,22	3,48	93,62