

№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Полдник</b>						
519	Напиток из шиповника	200	97	0,7	0,3	22,8
	Кекс	100	330	6	15	42
11	Яблоко	100	18,8	0,1	0,1	4.1
	Итого	400	445,8	6,8	15,4	68,9