

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|-----|-----|-------|-------|-------|-------|------|------|-------|-----|------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|-----|------|
| Итого | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4,6 | 0 |
| Процент от суточного потребления | | | 29,7 | 32,0 | 33,0 | 32,0 | | | | | | | | | | | | | | | 66 | 50,0 |
| 15 апреля 2021 года | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| рогалик со сгущенным молоком | 25 | 80 | 235 | 15 | 14 | 12 | 0,8 | 0,08 | 130,5 | 28 | 5 | 4 | 18 | 0,32 | 0 | 0 | 0,02 | 0,01 | 0,28 | 0,56 | 0 | |
| компот из сухофруктов | 395 | 200 | 124 | 0 | 0 | 9 | 0 | 0,09 | 0 | 0,3 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,2 | 0 | 0,02 | 0,01 | 0,22 | 2 | 20 | |
| Итого | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,3 | 0 |
| Процент от суточного потребления | | | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | | | | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | 0,0 | 0,0 | | | 90 | 0,0 |
| 16 апреля 2021 года | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| йогурт питьевой | | 200 | 189 | 4 | 8 | 2,5 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | |
| печенье | | 50 | 125 | 3 | 4 | 5 | 3 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Итого | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,8 | 0 |
| 19 апреля 2021 года | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| булочка с изюмом | | 100 | 280 | 4 | 5 | 34 | | | | | | | | | | | | | | | | 0 |
| сок фруктовый | | 200 | 124 | 0 | 0 | 15 | | | | | | | | | | | | | | | | 20 |
| Итого | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4,8 | 0 |
| Процент от суточного потребления | | | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | | | | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | 0,0 | 0,0 | | | 69 | 75,0 |
| 20 апреля 2021 года | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| плюшка с сахаром | | 100 | 280 | 5 | 6 | 22 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| фрукты свежие | | 150 | 123 | 2 | 0 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | 20 |
| Всего за 1 день | | | 600 | 20,14 | 20,26 | 80,19 | | | | | | | | | | | | | | | 4,6 | 30 |
| Процент от суточного потребления | | | 28,0 | 26,0 | 25,0 | 25,0 | | | | | | | | | | | | | | | 68 | 75,0 |
| 21 апреля 2021 года | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| пирожок с повидлом | | 100 | 276 | 4 | 5 | 22 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| кефир | | 200 | 55 | 3 | 2,5 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Итого | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5,1 | 30 |
| Процент от суточного потребления | | | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | | | | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | 0,0 | 0,0 | | | 73 | 75,0 |
| Средняя величина за 10 дней | | | 614,2 | 21,18 | 21,68 | 83 | 2,46 | 0,63 | 745 | 822 | 65,3 | 43,2 | 105 | 2 | 0,023 | 1,67 | 0,202 | 0,1 | 1,75 | 6,7 | 32 | |