

	A	B	C	D	E	F	Лист1	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
180	<i>обед</i>																
181		Борш с картофелем	250	7.46	9.85	21,35	177	0,08	1,14	0,04	0	241,1	201,8	38,1	0,21	95	
182		Хлеб пшеничный	30	1.8	0.74	12,53	63	0,06	0	0,053	1,38	11,21	42,41	7,28	0,45		
183		Сыр	15	4.9	6,16	1,93	48	0,08	0,04	0,13	1,31	248,44	173,73	3,11	0,25		
184		Макароны отварные с маслом	150/5	6.2	5,6	42,2	216,5	0,08	0	0,02	0	6,4	70,6	9	0,32	256	
185		Гуляш мясной	90	12.2	16,9	4,9	221	0,19	0,04	0,05	1,91	11,66	149,27	11,26	1,39	327	
186		Чай с сахаром	200	0.1	0	15,2	61	0,8	0	0	0	2,2	0,1	0,5	0,1	457	
187		Хлеб пшеничный	40	2.7	0.98	16,7	84	0,08	0	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6		
188		Банан	200	2.2	0	31,4	128	0,03	10	0,03	0	16	11	9	2,2	82	
189		Итого обед:	980	37,56	40,23	146,21	998,5										
190		Всего за день:	1560	63,56	64,63	204,8	1560,5										
191																	
192		Итого за весь период:	15220	549,46	599,38	2277,31	15141,8										
193		Среднее значение за период:	1522	54,95	59,94	227,73	1514,18										