

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность											
			Белки	Жиры	Угле- воды	Калори йность	вита мин С (мг)	вита мин В1 (мг)	вита мин В2 (мг)	вита мин А (р.э.)	вита мин D (мкг)	кальц ий (мг)	фосф ор (мг)	магни й (мг)	железо (мг)	кали й (мг)	йод (мг)	сел ен (мг)
Неделя 3 понедельник	Яйцо вареное	120	15,08	11,42	0,86	171,6	0	0,04	0,54	192	2,4	67,2	237,6	14,4	2,1	166	0	0
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	15,03	77,7	0	0,05	0,02	0	0	6,6	25,5	9,9	0,6	39,3	0	0
	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0	0	0,006	22,5	0,07	1,2	1,5	0,03	0,01	1,5	0	0
	Кофейный напиток	250	5,88	5,01	20,17	147,03	2,6	0,08	0,4	44	0,06	240,2	180	28	0,22	92,2	0,02	0
Итого за завтрак 412гр.	Сыр	7	0,126	0,917	0,105	18,48	0	0,007	0,021	15,54	0,42	36,4	7	1,75	0,042	1,12	0	0
2 завтрак																		
Итого за 2 завтрак 165 гр.	Сок	165	0	0,12	16,5	34,9	0	0	0	0	5,46	8,3	1,16	3,32	0,07	1,36	0	0
Обед	Салат из свежих огурцов и помидор	80	0,51	2,03	2,43	28,22	12	0,03	0,02	41,1	0	9,28	26,44	4,48	0,3	179	0,99	0,3
Итого за обед 720 гр.	Суп лапша домашняя	200	7,69	7,73	15,15	182,01	1,5	0,26	0,072	114	0,046	13,12	61,64	19,42	1,52	94,1	0	0
	ыбные тефтели с картофельным пюре	70/130	16,69	7,34	120,26	309,11	34	0,32	0,29	61,2	0,46	81,42	282	75,09	2,85	180	0,11	0
	Компот из сухофруктов	180	0,21	0,008	12,75	52,65	0,2	0,001	0,003	0,29	0	11,01	7,52	2,88	0,58	15,2	0	0
	Хлеб ржаной	40	1,64	0,48	13,6	69,6	0	0,06	0,027	0,4	0	14	63,2	18,8	1,56	13,5	0	0
	хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	10,04	47	0	0,04	0,01	0	0	4,4	17	6,6	0,4	26,2	0	0
			720	28,28	18,188	174,23	688,59	47	0,711	0,422	217	0,506	133,2	457,8	127,27	7,21	508	1,1
Полдник	Блины с маслом сахаром	120	8,21	8,836	34,47	244,95	0,9	1,34	1,527	53,9	0,291	98,56	113,5	21,11	2,497	257	0,01	0
Итого за полдник 290 гр	Варенец	70	1,16	1,75	1,99	37,1	0,4	0,017	0,08	15,4	0,021	91,35	27,83	7,7	0,07	13,3	0,04	0
	Мандарин	100	0	0,2	14,7	40,82	25	0,04	0,02	8	0	34	14,1	13	0,3	7,4	0,06	0
		290	9,37	10,786	51,16	322,87	26	1,397	1,627	77,3	0,312	223,9	155,4	41,81	2,867	277	0,1	0
Ужин, рекомендуемый родителям																		
Ужин	Голубцы со сметаной	200	9,494	13,04	15,398	240,42	19	0,32	0,14	102	0,222	52,74	107,3	33,78	2,09	131	0,01	0
Итого за ужин 480 гр	Хлеб ржаной	30	1,23	0,36	10,2	52,2	0	0,05	0,02	0,3	0	10,5	47,4	14,1	1,17	13,5	0	0
	Чай	250	0,1	0,02	9,92	40,6	0	0	0	0,25	0	2,77	4,12	2,2	0,02	8,8	0	0
		480	10,824	13,42	35,518	333,22	19	0,37	0,16	102,6	0,222	66,01	158,8	50,08	3,28	153	0,01	0
2 ужин, рекомендуемый родителям																		
2 ужин	Кефир	90	0,02	1,12	3,6	47,7	0,2	0,03	0,1	19,8	0	108	14,62	7,2	0,05	11	0,01	0
Итого за 2 ужин 90гр.		90	0,02	1,12	3,6	47,7	0,2	0,03	0,1	19,8	0	108	14,62	7,2	0,05	11	0,01	0
	Итого за день		71,91	64,39	313,64	1875,1	95	2,68	3,296	690,7	9,45	899,1	1239	283,76	16,44	1250	1,25	0,4
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества				Энергетическая ценность											

	блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Калори йность	вит	вита	вита	вита	вита	кальц	фосф	магни	железо	кали	йод	сел	
						ами н С (мг)	мин В1 (мг)	мин В2 (мг)	ин А (р.э.)	ин D (мкг)	ий (мг)	ор (мг)	й (мг)	(мг)	й (мг)	(мг)		
Неделя 3 вторник	Каша "Дружба"	200	5,97	6,97	39,9	257,56	2	0,232	0,43	46,5	0,085	183,7	111,7	49,94	1,576	94,1	0,02	0
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	15,03	77,7	0	0,05	0,02	0	0	6,6	25,5	9,9	0,6	39,3	0	0
	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0	0	0,006	22,5	0,07	1,2	1,5	0,03	0,01	1,5	0	0
	Чай	200	0,2	0,04	7,03	29,33	0	0	0	0,5	0	5,15	8,24	4,4	0,02	17,2	0	0
Итого за завтрак 435 гр.		435	8,52	11,54	62,03	397,64	2	0,282	0,456	69,5	0,155	196,7	147	64,27	2,206	152	0,02	0
Итого за 2 завтрак 100гр.	Банан	100	0,28	0,32	17,5	89	2	0,026	0,066	3	0	17	22	8,3	0,25	24,6	0	0
Обед	Салат из свежего огурца с луком	50	0,378	2,054	1,47	25,82	3,4	0,02	0,009	1,02	0	8,88	16,04	6,16	0,25	84,1	0,03	0
Итого за обед 670 гр.	Суп картофельный с мясом	200	4,89	7,21	17,6	166,4	22	0,22	0,106	116,5	0,04	18,32	88,06	32,62	1,596	132	0,01	0
	Рулет мясной с макаронами	70/130	14,22	11,31	33,2	317,09	1	0,37	0,159	41	0,42	25,48	145,5	36,11	2,934	119	0	0
	Компот из сухофруктов	180	0,21	0,008	12,76	52,67	0,2	0,001	0,003	0,29	0	11,06	7,53	2,9	0,59	12,5	0	0
	Хлеб ржаной	40	1,64	0,48	13,6	69,6	0	0,06	0,027	0,4	0	14	63,2	18,8	1,56	13,5	0	0
		670	21,338	21,062	78,63	631,58	26	0,671	0,304	159,2	0,46	77,74	320,3	96,59	6,93	361	0,04	0
Полдник	Суфле творожное с повидлом	160	13,905	7,016	25,56	145,54	0,9	0,059	0,43	169,6	0,541	200,6	144,5	34,26	1,313	76	0,07	9
Итого за полдник 250 гр	Ряженка	70	13,23	0,112	4,97	30,8	0	0,013	0,063	8,4	0,007	51,1	4,9	4,06	0,0252	1,96	0,02	0
	Хлеб пшеничный	20	2,31	0,9	15,03	77,7	0	0,05	0,02	0	0	6,6	25,5	9,9	0,6	39,3	0	0
		250	29,445	8,028	45,56	254,04	0,9	0,122	0,513	178	0,548	258,3	174,9	48,22	1,9382	117	0,09	9
Ужин, рекомендуемый родителям																		
	Винегрет	216	3,802	6,57	25,1	128,58	34	0,17	0,12	170,7	0	48,05	104	49,49	1,898	224	0	0
Итого за ужин 493гр.	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	10,04	47	0	0,04	0,01	0	0	4,4	17	6,6	0,4	26,2	0	0
Ужин	Сыр	7	0,126	0,917	0,105	18,48	0	0,007	0,021	15,54	0,42	36,4	7	1,75	0,042	1,12	0	0
	Какао с молоком	250	3,31	2,847	15,4	100,95	1,4	0,045	0,222	24,2	0,033	133,1	104,5	18,97	0,24	54,7	0,01	0
		493	8,778	10,934	50,645	295,01	35	0,266	0,372	210,5	0,453	222	232,8	76,81	2,58	306	0,02	0
2 ужин, рекомендуемый родителям																		
2 ужин	Бифидок	90	0,74	0,15	1,7	25,7	0,2	0,016	0,082	11,04	0,009	66,44	16,53	5,24	0,04	9,9	0,02	0
Итого за 2 ужин 90гр.																		
		90	0,74	0,15	1,7	25,7	0,2	0,016	0,082	11,04	0,009	66,44	16,53	5,24	0,04	9,9	0,02	0
	Итого за день		68,33	51,73	251,005	1662,3	66	1,373	1,776	631,2	1,625	836	904,5	296,13	13,74	958	0,19	9
Прием пищи 3	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества				Энергетическая ценность											

неделя	блюда	блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Калори йность	вит	вита	вита	вита	вита	кальц	фосф	магни	железо	кали	йод	сел	
							ами н С (мг)	мин В1 (мг)	мин В2 (мг)	ин А (р.э.)	ин D (мкг)	ий (мг)	ор (мг)	й (мг)	(мг)	й (мг)	(мг)	ен (мг)	
Среда	Суп молочно-сухарный	200	7,47	8,58	32,3	237,6	2	0,13	0,426	55,5	0,11	190,2	170,5	34,23	0,96	123	0,02	0	
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	15,03	77,7	0	0,05	0,02	0	0	6,6	25,5	9,9	0,6	39,3	0	0	
	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0	0	0,006	22,5	0,07	1,2	1,5	0,03	0,01	1,5	0	0	
	Кофейный напиток	200	4,43	3,76	15,77	112,05	2	0,06	0,22	33	0,04	180,2	135	21	0,17	69,2	0,02	0	
	Сыр	7	0,126	0,917	0,105	18,48	0	0,007	0,021	15,54	0,42	36,4	7	1,75	0,042	1,12	0	0	
Итого за завтрак 442гр.		442	14,376	17,787	63,275	478,88	3,9	0,247	0,693	126,5	0,64	414,5	339,5	66,91	1,782	234	0,04	0	
Итого за 2 завтрак 100 гр.	Сок	100	0	0,07	9	21	0	0	0	0	3	5	0,6	2	0,04	0,8	0	0	
Обед	Икра кабачковая	55	0,88	1,65	3,85	50,05	8,3	0,022	0	0,22	0,165	1,265	0,66	11,55	0,55	14,3	0	0	
Итого за обед 665 гр.	Суп полевой со сметаной	200	4,61	7,21	18,36	174,5	12	0,203	0,224	149	0,428	26,38	102,2	34,3	1,854	103	0,01	0	
	Капуста тушеная с мясом	200	10,8	10,47	7,46	205,69	44	0,385	0,131	139,5	0,02	79,78	114,9	40,6	2,424	199	0,01	0	
	Кисель	180	0,02	0	8,44	33,84	1,7	0	0	0	0	1,53	0,75	0,3	0,07	4,68	0	0	
	Хлеб ржаной	30	1,64	0,48	13,6	69,6	0	0,06	0,027	0,4	0	14	63,2	18,8	1,56	13,5	0	0	
		665	17,95	19,81	51,71	533,68	65	0,67	0,382	289,1	0,613	123	281,8	105,55	6,458	334	0,01	0	
Полдник	Зразы рисовые	160	7,342	9,774	47,494	279,85	1,7	0,09	0,342	67,4	0,456	158	187,7	42,09	1,028	91,1	0,01	0	
	Кефир	80	0,016	0,96	3,2	42,4	0,2	0,024	0,08	17,6	0	83,2	12	6,4	0,04	9,6	0,01	0	
Итого за полдник 340 гр	Яблоко	100	0	0,6	12,5	70,5	4,5	0,04	0,04	7,5	0	24	8,5	7,5	3,3	6,25	0,01	0	
		340	7,358	11,334	63,194	392,75	6,4	0,154	0,462	92,5	0,456	265,2	208,2	55,99	4,368	107	0,02	0	
Ужин, рекомендуемый родителям																			
Ужин	Творожная масса с мармеладом	150	10,65	34,5	40,65	517,5	1,5	0,06	0,36	213	0,21	180	255	34,5	0,75	248	13,5	45	
Итого за ужин 450 гр	компот из сухофруктов	250	0,39	0,015	20,7	64,64	0,3	0,003	0,006	0,54	0	20,55	14,1	0	1,07	22,9	0	0	
	Хлеб пшеничный	40	3,08	1,2	20,04	103,6	0	0,07	0,2	0	0	8,8	34	13,2	0,8	52,4	0	0	
	Печенье	10	0,77	0,205	7,09	39,6	0	0,01	0	0	0,64	0,2	0,35	3,2	0,16	0,28	0	0	
		450	14,89	35,92	88,48	725,34	1,8	0,143	0,566	213,5	0,85	209,6	303,5	50,9	2,78	323	13,5	45	
2 ужин, рекомендуемый родителям																			
2 ужин	Простакваша	100	0,02	1,4	4,5	59	0,2	0,03	0,12	24	0	135	18	9	0,06	13	0,01	0	
Итого за 2 ужин 100 гр		100	0,02	1,4	4,5	59	0,2	0,03	0,12	24	0	135	18	9	0,06	13	0,01	0	
	Итого за день		54,184	86,201	276,759	1895,3	78	1,234	2,206	748,6	5,559	1563	1136	285,65	15,098	1012	13,6	45	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества				Энергетическая ценность												

	блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Калори йность	вит	вита	вита	вита	вита	кальц	фосф	магни	железо	кали	йод	сел	
						ами н С (мг)	мин В1 (мг)	мин В2 (мг)	ин А (р.э.)	ин D (мкг)	ий (мг)	ор (мг)	й (мг)	(мг)	й (мг)	(мг)		
Неделя 3четверг	Омлет с зеленым горошком	160	10,78	11,87	5,9	178,5	2,3	0,6	0,476	147,7	1,3	156,6	215,6	22,93	1,26	140	0,01	0
Завтрак	Хлеб пшеничный	40	3,08	1,2	20,04	103,6	0	0,07	0,2	0	0	8,8	34	13,2	0,8	52,4	0	0
	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0	0	0,006	22,5	0,07	1,2	1,5	0,03	0,01	1,5	0	0
	Какао с молоком	200	4,73	4,04	14,84	113,88	2	0,063	0,227	33	0,04	182,7	151,4	31,71	0,52	80,6	2,02	0
Итого за завтрак 405 гр.		405	18,63	20,74	40,85	429,03	4,3	0,733	0,909	203,2	1,41	349,3	402,5	67,87	2,59	275	2,03	0
2 завтрак																		
Итого за 2 завтрак 80гр.	Груша	80	0,197	0,246	4,35	38,54	4,1	0,016	0,024	16,4	0	34,44	4,92	5,74	0,656	45,1	0	0
Обед	Салат свекольный с яблоками	60	0,57	0,146	5,632	28,65	2	0,015	0,022	2,11	0	18,38	10,27	9,71	0,894	66,1	0	0
Итого за обед 680 гр.	Щи с рыбными консервами	200	6,706	8,754	14,718	187,45	30	0,154	0,085	120,3	4,37	173,6	132,3	41,88	2,058	159	0	0
	Плов	70/130	9,756	10,284	38,228	284,37	1,2	0,076	0,117	89	0,02	14,52	104,9	42,37	2,244	126	0,01	0
	Компот из сухофруктов	180	0,21	0,08	12,76	52,67	0,2	0,001	0,003	0,29	0	11,06	7,53	2,29	0,59	12,5	0	0
	Хлеб ржаной	40	1,64	0,48	13,6	69,6	0	0,06	0,027	0,4	0	14	63,2	18,8	1,56	13,5	0	0
		680	18,882	19,744	84,938	622,74	33	0,306	0,254	212,1	4,39	231,6	318,2	115,05	7,346	377	0,02	0
Полдник	Сочник	130	10,48	7,2	41,71	236,92	0,3	0,124	0,202	44,7	0,244	86,43	88,84	19,41	0,058	8,55	0	0
Итого за полдник 250 гр	Варенец	100	1,65	2,5	2,8	53	0,8	0,025	0,12	22	0,03	130,5	39,7	11	0,1	19	0,05	0
	Конфета	20	0,28	0,24	13,8	71,8	0	0,004	0	2	0,1	0,2	0,6	9,8	0,56	0,6	0	0
		250	12,41	9,94	58,31	361,72	1,1	0,153	0,322	68,7	0,374	217,1	129,1	40,21	0,718	28,2	0,05	0
Ужин, рекомендуемый родителями																		
Ужин	Овощная запеканка с мясом	200	13,218	14,603	28,425	312,68	31	0,347	0,196	377,6	0,21	324,8	170,3	51,97	2,653	297	0,01	0
Итого за ужин 450 гр	Хлеб ржаной	30	1,23	0,36	10,2	52,2	0	0,05	0,02	0,3	0	10,5	47,4	14,1	1,17	13,5	0	0
	Чай	220	0,1	0,02	9,92	40,6	0	0	0	0,25	0	2,77	4,12	2,2	0,02	8,8	0	0
		450	14,548	14,983	48,545	405,48	31	0,397	0,216	378,2	0,21	338,1	221,8	68,27	3,843	319	0,01	0
2 ужин, рекомендуемый родителям																		
2 ужин	варенец	80	1,32	2	2,28	42,4	0,6	0,02	0,1	17,6	0,024	104,4	31,8	8,8	0,08	15,2	0,04	0
Итого за 2 ужин 80гр.		80	1,32	2	2,28	42,4	0,6	0,02	0,1	17,6	0,024	104,4	31,8	8,8	0,08	15,2	0,04	0
	Итого за день																	
	Итого за день		65,987	67,653	239,27	1899,9	74	1,625	1,825	896,2	6,408	1275	1037	305,94	15,233	1059	2,16	0,1
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества				Энергетическая ценность											

	блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Калори йность	вита мин С (мг)	вита мин В1 (мг)	вита мин В2 (мг)	вита мин А (р.э.)	вита мин D (мкг)	каль ций (мг)	фосф ор (мг)	магни й (мг)	железо (мг)	кали й (мг)	йод (мг)	сел ен (мг)	
Неделя 3 пятница	Каша манная	200	8,7	8,655	31,55	246,17	2,5	0,076	0,386	64,5	0,267	233,6	206,5	38,4	1,289	136	0,02	22
Завтрак	Хлеб пшеничный	40	3,08	1,2	20,04	103,6	0	0,07	0,2	0	0	8,8	34	13,2	0,8	52,4	0	0
	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	0	0	0,006	22,5	0,07	1,2	1,5	0,03	0,01	1,5	0	0
	Чай	200	0,2	0,04	0,17	21,92	0	0	0	0,05	0	5,09	8,24	4,4	0,014	17,2	0	0
	Сыр	8	0,22	1,58	0,18	31,7	0	0,008	0,04	26,64	0,72	62,4	15,2	3	0,07	2	0	0
Итого за завтрак 453 гр.		453	12,24	15,105	52,01	436,44	2,5	0,154	0,632	113,7	1,057	311,1	265,4	59,03	2,183	209	0,02	22
2 завтрак																		
Итого за 2 завтрак 170 гр.	Сок	170	0	0,119	15,3	35,7	0	0	0	0	5,1	8,5	1,02	3,4	0,068	1,36	0	0
Обед	Помидор свежий	80	0,48	0	3,04	11,2	16	0,032	0,024	66,66	0	6,4	28	0	0,4	194	1,6	0,3
Итого за обед 690 гр.	Свекольник со сметаной	200	5,9	9,13	19,93	195,89	17	0,2	0,124	138,5	0,048	60,32	91,68	46,8	2,066	283	0,01	0
	Печень в сметане с картофельным пюре	180	10,255	14,15	55,64	394,99	30	0,377	4,27	41,7	7,551	44,77	249,8	63,35	6,121	195	0,01	0
	Компот из сухофруктов	180	0,21	0,008	10,76	44,69	0,2	0,001	0,003	0,29	0	11	7,53	2,9	0,59	12,5	0	0
	Хлеб ржаной	50	2,05	0,6	17	87	0	0,05	0,03	0,5	0	17,5	79	23,5	1,95	16,5	0	0
		690	18,895	24,007	121,67	769,47	63	0,66	4,451	247,7	12,699	148,5	457	139,95	11,195	703	1,62	0,3
Полдник	Салат фруктовый	183	0,312	0,732	24,15	135,8	6,9	2,728	0,081	7,5	0	49,89	21,9	13,7	2,616	51,6	0	0
Итого за полдник 318 гр	Йогурт	80	0,36	1,27	7,62	54,2	0	0,03	0,18	17,45	2,17	80	12,3	6,7	0,32	11,1	0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	15,03	77,7	0	0,05	0,02	0	0	6,6	25,5	9,9	0,6	39,3	0	0
	Вафли	25	0,016	2,65	12,3	85,5	0	0,013	0	1,75	0	2	3,825	1,5	0,15	3,65	0	0
			318	2,998	5,552	59,1	353,2	6,9	2,821	0,281	26,7	2,17	138,5	63,53	31,8	3,686	106	0
Ужин, рекомендуемый родителям																		
Ужин	Рыбный пудинг	140	7,55	16,32	43,37	167,26	0,4	0,08	0,601	75,8	0,495	43,4	113,3	19,9	0,858	56,9	0,05	0
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	10,04	47	0	0,04	0,01	0	0	4,4	17	6,6	0,4	26,2	0	0
Итого за ужин 430 гр	Напиток витаминизированный	250	0,5	0	35	145	2,8	0	0	125	0	17,5	30	10	1	108	0	0
	Пастила фруктовая	20	0,16	0,06	8,96	35,2	0,7	0,001	0,006	10	0	3,52	3,42	3,16	0,14	23,9	0	0
		430	9,75	16,98	97,37	394,46	3,8	0,121	0,617	210,8	0,495	68,82	163,7	39,66	2,398	215	0,05	0
2 ужин, рекомендуемый родителям																		
2 ужин	Бифидок	80	0,648	0,128	1,44	22,4	0,2	8E-04	0,072	9,6	0,008	58,4	14,4	4,64	0,032	8,8	0,02	0
Итого за 2 ужин 80 гр		80	0,648	0,128	1,44	22,4	0,2	8E-04	0,072	9,6	0,008	58,4	14,4	4,64	0,032	8,8	0,02	0
		Итого за день		44,53	61,77	329,83	1977,6	69	3,73	6,05	581,8	16,43	729,7	877,9	291,08	19,464	1278	0,12

	Номер
фтор (мг)	рецептуры
0,012	46
0,005	-
0	-
0,04	-
0	-
0,057	
0,8	-
10,02	-
0,0,38	2,21
0,738	3,12
0	6,12
0,01	
0	-
10,77	
0,023	4,8
0,017	-
0,15	-
0,19	
0,044	4,58
0,01	-
0	6,12
0,054	
0,02	-
	-
0,02	
11,89	
	Номер

Фтор (мг)	р рецеп туры
0,042	
0,005	
0	
0	
0,047	
0,003	
0,44	
0,046	
0,031	
0	
0,01	
0,527	
0,678	
0,013	
0,005	
0,696	
0,055	
0	
0	
0,022	
0,077	
0,016	-
	-
0,016	
1,36	
	Номе

Фтор (мг)	р рецеп туры
0,037	
0,005	
0	
0,03	
0	
0,072	
0,4	
0,003	
0,027	
0,05	
0	
0,01	-
0,09	
0,066	
0,016	
0,12	
0,202	
48	
0	
0,007	
0	
48,01	
0,025	-
0,025	
48,8	
	Номе

Фтор (мг)	р рецеп туры
0,026	4,1
0,007	6,31
0	-
0,03	-
0,063	
0,008	-
0,033	-
0,031	2,17
0,07	3,3
0	6,12
0,01	-
0,144	
0,029	1,41
0,02	-
0	-
	-
0,049	
0,105	4,41
0,01	6,31
0	
0,115	
0,02	-
	-
0,02	
0,399	
	Номе

Фтор (мг)	р рецеп туры
0,038	4,11
0,007	6,31
0	-
0	
0	-
0,045	
0,68	-
16	1,12
0,038	2,3
0,036	3,13
0	6,12
0,01	-
16,76	
0,078	5,18
0	
0,005	
0	-
0,083	
0,325	1,19
0	6,9
0	-
0	
0,325	
0,014	-
0,014	
5,31	