|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Вес | 73,4 | 73,4 | 73,1 | 73 | 73 | 73 | 73,6 |
| Завтрак | Чай с бутербродом | Чай с бутербродом | Салат, чай | Чай с бутербродом | Чай с бутербродом | Чай с бутербродом | Чай с тортиком |
| Перекус | груша | банан | банан | банан | банан |  | банан |
| Обед | Суп, чай | Щи, чай | Молоко с печенькой | Суп, чай |  | Др дочки, стыдно писать((( | щи |
| Перекус | яблоко | груша | груша | яблоко | груша |  | Конфетка(( |
| Ужин | Гречка с мясом | кефир | Рыба запеченная | салат | Гречка с грибами, кисель с булочкой |  | кефир |
| Спорт |  |  |  |  |  |  |  |
| Настроение |  |  |  |  |  |  |  |