

04.04.22.

Школа		Колпаковская СОШ		Отд./корп		День			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	96	суп пюре из свеклы	250/40		429	8,07	20,36	44,92
	2 блюдо	230	рыба (филе) тушеная	105		106	7,64	7,40	2,20
	гарнир	143	картофель отварной	105		142	1,77	10,99	8,60
	сладкое	375	чай с сахаром	200		14	2,00	0,51	0,40
	хлеб бел.		хлеб Т сорт	60					
	хлеб черн.								
		424	булочка дрожжевая	100		318	7,28	12,52	43,92