Меню на 04.07.2023 г

ЛТО

МБК ДО ДЮСШ

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценность, ккал.
4/297	Каша «Дружба» с молоком ,с сахаром и маслом	200	284,30
8	Хлеб пшеничный	40	85,70
12/685	Чай с сахаром	200	58,00
386	Йогурт	95	106,00

ОБЕД

№ тех. Карта и № рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энерг. ценность, ккал.
197	Суп рассольние Ленинградский	250	230,90
309	Макароны отварные	180	504,77
34/437	Гуляш из говядины	100	156,9
7	Хлеб ржаной	60	108,6
349	Компот из сухофруктов	200	94,20
498	Яблоко	100	46,00
70	Огурцы свежие	20	44,00
	ПОЛДНИК		
511	Вафли	50	530,00
17/399	Сок	200	38,76