Меню на 20.07.2023 г

ЛОУ ДО ДЮСШ

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценность, ккал.
469	Каша Дружба	150/20	166,8
2\8	Бутерброд с маслом	30/20	335,49
868	Чай с сахаром	200	71,8
	Йогурт	95	106,0

ОБЕД

№ тех. Карта и №рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энерг. ценность, ккал.
197	Суп рассольник на мясном бульоне	200	184,72
309	Макароны отварные	150	336,51
34\437	Гуляш из говядины	80	125,0
71	Свежие помидоры	20	8
7	Хлеб ржаной	60	108,6
17\399	Сок	200	38,76