

Меню на 16.07.2025 г

## ЛДП, СПОРТИВНАЯ ШКОЛА

(12 лет и старше)

### ЗАВТРАК

| № тех.<br>Карта и<br>№реп. | Приём пищи, наименование блюда            | Масса<br>порц., г | Энерг.<br>Ценнос<br>ть,<br>ккал. |
|----------------------------|-------------------------------------------|-------------------|----------------------------------|
| 168                        | Каша рисовая на молоке с маслом и сахаром | 180               | 177                              |
| 8                          | Хлеб пшеничный                            | 40                | 85,7                             |
| 16/693                     | Какао с молоком                           | 200               | 177                              |
|                            | Йогурт                                    | 95                | 120                              |

### ОБЕД

| № тех.<br>Карта и<br>№реп | Приём пищи, наименование блюда      | Масса<br>порции<br>, г | Энерг.<br>ценность<br>, ккал. |
|---------------------------|-------------------------------------|------------------------|-------------------------------|
| 210                       | Суп Рыбный                          | 250                    | 52                            |
| 312                       | Пюре картофельное с соленым огурцом | 180/30                 | 537                           |
| 7                         | Хлеб ржаной                         | 60                     | 91                            |
| 12/685                    | Чай с сахаром                       | 200                    | 58                            |
|                           |                                     |                        |                               |
|                           |                                     |                        |                               |