

Меню на 03.07.2026 г

ЛДП, Спортивная школа 7-11 лет

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
168	Каша рисовая на молоке с маслом и сахаром	150	114,2
9/1	Бутерброд с маслом	40/10	129
12/685	Чай с сахаром	200	58

ОБЕД

№ тех. Карта и №рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
169	Борщ со свежей капустой на курином бульоне	200	131
312	Пюре картофельное	150	261
124/66	Котлета рыбная	80	92,63
7	Хлеб ржаной	60	91
389	Сок фруктовый	200	84,8
	Овощи порционные	60	50

ПОЛДНИК «Спортивная школа»

№ тех. Карта и №рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
	Кондитерское изделие	60	140,3