

Меню на 09.07.2026 г

ЛДП, Спортивная школа 12 лет и старше

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. Ценнос ть, ккал.
185	Вермишель молочная	200	152
867	Компот из изюма	200	37,88
338	Фрукты	200	120

ОБЕД

№ тех. Карта и №рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
169	Борщ из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/12	163,5
609	Котлета мясная особая	100	290,1
304	Рис отварной	180	251,64
12/685	Чай с сахаром	200	58
7	Хлеб ржаной	60	91

ПОЛДНИК «Спортивная школа»

№ тех. Карта и №рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
	Йогурт	95	130