

Меню на 09.07.2026 г

ЛДП, Спортивная школа 7-11 лет

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. Ценнос ть, ккал.
185	Вермишель молочная	150	114
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	200 /9,6	131
609	Котлета мясная особая	80	261
304	Рис отварной	150	209,7
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