

Меню на 13.07.2026 г

ЛДП, Спортивная школа 12 лет и старше

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. Ценнос ть, ккал.
4/ 297	Каша Дружба	180	256,19
125	Цикорий с молоком	200	100,6
2/8	Бутерброд с сыром	50	160,4

ОБЕД

№ тех. Карта и №реп	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
187	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	250	204,3
302	Греча отварная	150	697,6
7	Хлеб ржаной	60	91
867	Компот из изюма	200	37,88
290	Курица с овощами	90	197,7
338	Фрукты	200	120

ПОЛДНИК «Спортивная школа»

№ тех. Карта и №реп	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
12/685	Чай с шоколадной конфетой	200\33	37,4\100

