

Меню на 13.07.2026 г

ЛДП, Спортивная школа 7-11 лет

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. Ценнос ть, ккал.
4/ 297	Каша Дружба	150	214
2/8	Бутерброд с сыром	50	160,4
125	Цикорий с молоком	200	100,6

ОБЕД

№ тех. Карта и №реп	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
187	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200	163,5
302	Греча отварная	150	581,38
7	Хлеб ржаной	60	91
867	Компот из изюма	200	37,88
290	Курица с овощами	90	178
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

