

Меню на 17.07.2026 г

ЛДП, Спортивная школа 12 лет и старше

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. Ценнос ть, ккал.
18/204	Макароны отварные с сыром	180	470,4
9/1	Бутерброд с маслом	40/10	129
12/685	Чай с сахаром	200	58
	Фрукты		

ОБЕД

№ тех. Карта и №реп	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
187	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	250	204,37
7	Хлеб ржаной	60	91
389	Сок фруктовый	200	85
13	Оладьи со сгущенным молоком	150\20	504

ПОЛДНИК «Спортивная школа»

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