

Меню на 20.07.2026 г

ЛДП, Спортивная школа 12 лет и старше

ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
185	Вермишель молочная	180	152
8	Хлеб пшеничный	40	85,7
2/8	Бутерброд с сыром	50	160,4
12/685	Чай с сахаром	200	58

ОБЕД

№ тех. Карта и №реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
217	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	250	174,3
37/492	Плов из курицы	180	342
7	Хлеб ржаной	60	91
12/685	Чай с сахаром	200	58
338	Фрукты	200	120

ПОЛДНИК «Спортивная школа»

№ тех. Карта и №реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
	Кондитерское изделие	60	140,3

