

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г. о. Самара (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Г. Коуркоур*

**М Е Н Ю**

на 18.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Печенье		60	261
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		180/30	405
Кофейный напиток с молоком		200	146
Батон порционно.		30	81
Итого:	75,00	500	893
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый	18,01	200	99
Итого:	18,01	200	99
<b>Обед</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью .		200/5/1	103
Рагу овощное из птицы.		200	303
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	96,00	726	746
<b>Полдник</b>			
Пирожок печеный с яблоками.		100	265
Напиток из плодов шиповника		200	100
Итого:	35,00	300	365
Всего:	224,01	1 726	2 102

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,9	вита - 732,96	витВ2 - 0,95
52,12	56,41	299,09	витВ1 - 0,76	витС - 159,67	витD - 2,39
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 551,83	I - 138,9	P - 795,58	Na - 1 554,01		
F - 303,48	Se - 26,48	Mg - 201,33	Fe - 11,14		

Зав. производством *Куликова Л.А.* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Филатова Ю.А.* Филатова Ю.А.