

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



М Е Н Ю

на 12.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшениная,,		200/5	283
№382 Какао с молоком..		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	85,00	505	588
Обед			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	191
№291 Плов из птицы*		200	271
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	736	823
Полдник			
№338 Бананы*		100	89
№467 Пирожки печеные с картошкой,*		60	133
№348 Компот из кураги*		150	91
Итого:	39,46	310	313
Всего:	239,37	1 551	1 723

Для всего меню

Белки	В граммах			Витамины в миллиграммах		
51,07	Жиры	Углеводы		витА - 407,68	витВ1 - 0,75	витВ2 - 1,11
	49,71	269,26		витС - 28,24	вИЕ - 0,95	витD - 0,96

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 788,21	K - 1 582,47	Ca - 612,56	Mg - 252,63
P - 856,16	Fe - 9,32	I - 253,93	Se - 39,81

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.