

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.  
МБОУ Школа №103 г.о.Самара(многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т.Куликова*

**М Е Н Ю**

на 13.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ Печенье**		60	189
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	95,46	570	680
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью*		15/250/1	138
№268/АКТ Биточки из мяса с соусом,		100	165
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	906	892
Всего:	229,11	1 476	1 572

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
52,12		50,59	209,49	вита - 348,29	витВ1 - 0,71	витВ2 - 0,67
				витС - 9,86	витЕ - 0,36	витD - 0,52
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 892,98	K - 835,97	Ca - 141,34	Mg - 161			
P - 525,99	Fe - 10,2	I - 272,99	Se - 22,44			

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.