

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Т. Куликова

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(овз 5-11 класс)

М Е Н Ю

на 13.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ 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
Обед			
№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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитА - 348,29	ВитВ1 - 0,71	ВитВ2 - 0,67
52,12	50,59	209,49	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 Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.