

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Реев*

**МЕНЮ**

на 20.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№270 Котлеты "Московские"		100	114
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	85,00	550	585
<b>Обед</b>			
№75 Икра свекольная**		60	111
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	160
№278 Тефтели тушеные в соусе "		100	145
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	776	710
<b>Полдник</b>			
№338 Бананы*		100	89
№461 Пирожки печеные с капустой*.		60	118
№388 Напиток из плодов шиповника*		150	76
Итого:	39,46	310	283
Всего:	239,37	1 636	1 578

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,93	41,41	259,99	ВИТА - 361,93	ВИТВ1 - 1,06	ВИТВ2 - 0,88
			ВИТС - 143,23	ВИТЕ - 1,02	ВИТD - 0,76
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 904,15	K - 1 260,45	Ca - 304,96	Mg - 281,22		
P - 692,49	Fe - 13,57	I - 273,11	Se - 31,72		

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

Калькулятор *Еремеева М.С.* Еремеева М.С.