

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



Воробьев П.В.
МБОУ Школа №103 г. Самара (1-4 класс)

МЕНЮ

на 22.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	253
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	85,00	535	500
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	770	790
Полдник			
№338 Груша*		100	79
№467 Пирожки печеные с картошкой, *		60	133
№342 Компот из св.яблок***	39,46	150	84
Итого:	39,46	310	296
Всего:	239,37	1 615	1 586

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 420,45	витВ1 - 0,57	витВ2 - 0,65
44,05	47,68	232,39	ВИТС - 36,73	ВИТЕ - 0,38	ВИТD - 9,17

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 240	K - 1 522,59	Ca - 345,35	Mg - 154,85
P - 511,37	Fe - 11,42	I - 230,05	Se - 19,17

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г