

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Куликова*

**М Е Н Ю**

на 26.01.2026

| Наименование блюда                                     | Цена   | Выход    | Ккал  |
|--|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>   |        |          |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                                |        | 60       | 101   |
| №173 Каша вязкая молочная пшеничная с маслом сливочным |        | 250/5    | 360   |
| №382 Какао с молоком..                                 |        | 200      | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                     |        | 40       | 118   |
| Итого:   | 95,46  | 555      | 665   |
| <b>Обед</b>  |        |          |       |
| №ПР Икра кабачковая*                                   |        | 100      | 134   |
| №388 Уха рыбацкая с зеленью*                           |        | 15/250/1 | 150   |
| №291 Плов из птицы**                                   |        | 250      | 382   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов*                      |        | 200      | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                     |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                               |        | 30       | 67    |
| Итого:   | 133,65 | 876      | 946   |
| Всего:   | 229,11 | 1 431    | 1 611 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |       |       |
|-----------|-------|----------|-------------------------|-------|-------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | ВитА                    | витВ1 | витВ2 |
| 52,56     | 46,82 | 217,57   | 377,15                  | 0,59  | 1,04  |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |              |             |            |
|---------------|--------------|-------------|------------|
| Na - 2 827,89 | K - 1 380,77 | Ca - 555,99 | Mg - 184,8 |
| P - 745,41    | Fe - 7,51    | I - 211,65  | Se - 36,63 |

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

Калькулятор *Куликова* Фролова Л.Г.