

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Рязанский



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 Самара (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 04.02.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№289 Рагу овощное из птицы..		250	319
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	95,46	580	570
Обед			
№Акт Салат Степной:.		100	61
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью*		250/5/1	154
№Акт Бигус с сосиской**		250	387
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	866	838
Всего:	229,11	1 446	1 408

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 2	витВ1 - 0,43	витВ2 - 0,7
48,69	55,1	191,6	147,62	0,34	0,33
			витС - 199,79		

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 575,69	K - 1 912,61	Ca - 275,96	Mg - 168,54
P - 496,32	Fe - 8,46	I - 269,2	Se - 40,55

Зав. производством

Куликова
Фролова

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г