

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Г. Куликова

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 06.02.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное **		60	95
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	126
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	95,46	570	610
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	184
№259 Жаркое из птицы. **		250	291
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	871	816
Всего:	229,11	1 441	1 426

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитА - 434,77	витВ1 - 0,75	витВ2 - 0,94	
50,83	48,57	205,35				
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 324,7	K - 1 445,07	Ca - 225,68	Mg - 187,28			
P - 639,14	Fe - 10,99	I - 243,42	Se - 44,79			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г