

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликов

М Е Н Ю

на 10.02.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье**		60	189
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	95,46	570	680
Обед			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью*		15/250/1	138
№268/АКТ Биточки из мяса с соусом,		100	165
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	906	892
Всего:	229,11	1 476	1 572

Для всего меню

Белки	В граммах		Углеводы
	Жиры		
52,12	50,59		209,49

Витамины в миллиграммах		
ВИТА - 348,29	витВ1 - 0,71	витВ2 - 0,67
ВИТС - 9,86	витЕ - 0,36	витD - 0,52

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 892,98	K - 835,97	Ca - 141,34	Mg - 161
P - 525,99	Fe - 10,2	I - 272,99	Se - 22,44

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

Калькулятор *Фролова Л.Г.* Фролова Л.Г.