

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДТ"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 Самара (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.П. Колесников



МЕНЮ

на 14.02.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной.		100	61
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе классические		100	145
№303 Каша пшеничная вязкая*.		180	161
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	100,00	615	555
Обед			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№102 Суп картофельный с фасолью и зеленью.		250/1	148
№291 Плов из птицы**		250	382
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	138,00	861	931
Всего:	238,00	1 476	1 486

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
53,44	47,25	194,57	- 853,92	- 0,45	- 0,72
			витС - 23,97	витЕ - 0,36	витD - 0,51

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 611,77	K - 1 136,5	Ca - 203,6	Mg - 163,24
P - 516,42	Fe - 8,3	I - 331,87	Se - 50,48

Зав. производством _____

Л.А. Куликова

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г.