

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № 103



С.Т. Куликов



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 Самара (1-4 класс)

М Е Н Ю

на 20.02.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье**		60	189
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	126
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	85,00	540	612
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью*		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы *		200	209
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	731	734
Полдник			
№338 Апельсины*		100	40
№429 Булочка "Веснушка".*		50	188
№376 Чай с сахаром.	39,46	150	46
Итого:	39,46	300	274
Всего:	239,37	1 571	1 621

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
48,34		50,8	219,19	витА - 257,91	витВ1 - 0,95	витВ2 - 0,72
				витС - 86,12	витЕ - 0,05	витD - 0,43
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 1 650,38	K - 1 241,85	Ca - 229,52	Mg - 240,18			
P - 663,87	Fe - 12,44	I - 158,33	Se - 27,06			

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

Калькулятор *Куликов* Фролова Л.Г