

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликова

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 04.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№289 Рагу овощное из птицы..		250	319
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	95,46	590	678
Обед			
№75 Икра морковная..		100	253
№388 Уха рыбацкая с зеленью*		15/250/1	150
№278 Тефтели тушеные в соусе "		100	145
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	906	1 015
Всего:	229,11	1 496	1 692

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	витаВ1 -	витаВ2 -
55,39	52,14	231,67	1 469,68	0,6	0,82
			витаС - 157,81	витаЕ - 0,7	витаD - 0,54
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 645,76	K - 1 624,58	Ca - 180,87	Mg - 159,37		
P - 549,56	Fe - 8,33	I - 219,35	Se - 29,58		

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

Калькулятор *Куликова* Фролова Л.Г