

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 Самара (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Косыгина

МЕНЮ

на 12.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	85,00	540	567
Обед			
№338 Яблоко*,		100	47
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью .		200/5/1	160
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	158
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	158
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	816	706
Полдник			
№338 Груша*		100	79
№АКТ Плюшка Московская.*		60	191
№388 Напиток из плодов шиповника*	39,46	150	76
Итого:	39,46	310	346
Всего:	239,37	1 666	1 619

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА -	ВИТВ1 -	ВИТВ2 -
44,41	55,96	222,38	390,27	0,58	0,7
			ВИТС - 263,39	ВИТЕ - 1,52	ВИТD - 10,73
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 292,18	K - 1 713,16	Ca - 322,82	Mg - 176,81		
P - 641,66	Fe - 12,56	I - 312,35	Se - 27,96		

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

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