

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Сидур



Воробьев П.В.

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



М Е Н Ю

на 13.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная.		100	253
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	95,46	610	784
Обед			
№Акт Салат Степной.		100	61
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью*		250/5/1	154
№291 Плов из птицы**		250	382
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	866	877
Всего:	229,11	1 476	1 661

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
48,94		48,36	220,3	витА - 1 606,29	витВ1 - 0,48	витВ2 - 0,69
				витС - 20,93	витЕ - 0,36	витD - 0,41
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 3 461,87	K - 1 078,7	Ca - 209,01	Mg - 206,26			
P - 560,13	Fe - 8,98	I - 367,28	Se - 28,76			

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

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