"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ККДП"

Воробьев П.В.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № 103

МБОУ Школа № 103 Самара (1-4 класс)

М Е Н Ю на 13.03.2026

Наименование блюда		Цена	Выход	Ккал
Завтрак				
№75 Икра морковная:			60	69
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе			100	141
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,			150	111
№376 Чай с сахаром			200	106
№ПР Хлеб пшеничный			30	81
	Итого:	85,00	540	508
Обед				
№Акт Салат Степной:			60	60
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью			200/5/1	117
№291 Плов из птицы*			200	271
№349 Компот из смеси сухофруктов*			200	133
№ПР Хлеб пшеничный			30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный			30	67
	Итого:	114,91	726	728
Полдник				
№338 Яблоко*,			100	47
№461 Пирожки печеные с капустой*.			60	118
№349 Компот из смеси сухофруктов**		39,46	150	93
	Итого:	39,46	310	258
	Всего:	239,37	1 576	1 494

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
48,5	49,52	232,87

Витамины в милиграммах

витА - 1 620,84	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,79
витС - 32,58	витЕ - 0,36	витD - 0,52

Минеральные вещества в милиграммах

Na - 3 519,63	K - 1 558,66	Ca - 286,13	Mg - 275,3
P - 698,98	Fe - 13,39	I - 375,72	Se - 37,33

Зав. производством _____(Куликова Л.А)

Калькулятор _____Фролова Л.Г