

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 Самара (1-4 класс.)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Куликова*

**М Е Н Ю**

на 16.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№2 Бутерброд с повидлом**		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	283
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	85,00	500	587
<b>Обед</b>			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	151
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	776	705
<b>Полдник</b>			
№ПР Вафли*		27	155
№415 Крендель сахарный.**		60	278
№385 Молоко кипяченое,		180	96
Итого:	39,46	267	528
Всего:	239,37	1 543	1 821

Для всего меню

Белки	В граммах			Витамины в миллиграммах	
51,12	Жиры	Углеводы		ВИТА - 268,6	витВ1 - 0,9
	66,48	243,25		ВИТС - 21,29	витВ2 - 1,01
					ВИТЕ - 0,95
					витD - 0,71
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 907,22	K - 1 325,94	Ca - 577,02	Mg - 312,29		
P - 908,28	Fe - 14,15	I - 202,36	Se - 45,43		

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

Калькулятор *Куликова* Фролова Л.Г.