

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 Самара (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Л. Келершук

МЕНЮ

на 20.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье**		60	164
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	126
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	85,00	540	587
Обед			
№47/Акт Салат из квашеной капусты*,		60	47
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	168
№259 Жаркое из птицы *		200	209
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	721	705
Полдник			
№338 Апельсины*		100	40
№429 Булочка "Веснушка".*		50	188
№376 Чай с сахаром.		150	46
Итого:	39,46	300	274
Всего:	239,37	1 561	1 566

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
47,18	48,7	219,81	ВИТА - 298,05	витВ1 - 0,98	витВ2 - 0,75
			ВИТС - 97,04	витРР - 0,19	ВИТЕ - 0,05
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 089,18	K - 1 524,79	Ca - 236,17	Mg - 250		
P - 659,68	Fe - 12,59	I - 195,42	Se - 23,16		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г