

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 Самара ( 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*Куликова Л.А.*

МЕНЮ

на 21.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	100,00	619	657
<b>Обед</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	184
№270 Котлеты "Московские" с соусом		100	114
№171 Каша перловая с овощами*		180	203
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	138,00	901	827
Всего:	238,00	1 520	1 484

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,02	51,99	210,01	вита А - 1 610,4	витаВ1 - 0,63	витаВ2 - 0,75
			витаС - 11,43	витаЕ - 0,36	витаD - 0,93
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 447,93	K - 1 241,6	Ca - 213,92	Mg - 149,58		
P - 651,55	Fe - 9,38	I - 184,16	Se - 41,52		

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

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