

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Г. Куликова

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 Самара (5-11 класс)



МЕНЮ

на 23.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшеничная с маслом сливочным		250/5	360
№382 Какао с молоком..		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	100,00	555	665
Обед			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№355 Солянка по домашнему**	10/10/250/5/1		127
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	138,00	916	844
Всего:	238,00	1 471	1 509

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 165	витВ1 - 0,58	витВ2 - 1,03
47,73	47,61	213,36	витС - 10,5	витЕ - 0,36	витD - 0,91

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 487,89	K - 1 252,48	Ca - 568,51	Mg - 165,26
P - 739,02	Fe - 8,34	I - 151,7	Se - 31,73

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

Калькулятор *Куликова* Фролова Л.Г.