

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КидГ"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 Самара (1-4 класс.)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Т. Куликова

М Е Н Ю

на 27.03.2026

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

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
48,5	49,52	232,87	витА - 1 620,84	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,79
			витС - 32,58	вИЕ - 0,36	вИD - 0,52

Минеральные вещества в миллиграммах

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 (Куликова Л.А)

Калькулятор Куликова Фролова Л.Г