

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Рязанцев

Воробьев П.В.

МБОУ СОШ №103 Самара (5-11 класс)

МЕНЮ

на 08.05.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №75 Икра морковная. | | 100 | 253 |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе | | 100 | 101 |
| №304 Рис отварной с м/сливочным. | | 180 | 232 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 106 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 100,00 | 610 | 772 |
| Обед | | | |
| №54 Салат из свеклы с яблоками/ | | 100 | 85 |
| №103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью | | 250/1 | 190 |
| №268/759 Шницель из мяса с соусом, | | 100 | 121 |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл. | | 180 | 203 |
| №349 Компот из смеси сухофруктов* | | 200 | 133 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 138,00 | 891 | 880 |
| Всего: | 238,00 | 1 501 | 1 652 |

Для всего меню

| | | | | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------------------|-----------------|--------------|--------------|
| В граммах | | Витамины в миллиграммах | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | витА - 1 255,62 | витВ1 - 0,68 | витВ2 - 0,72 |
| 49,93 | 48,36 | 249,44 | витС - 19,83 | витЕ - 0,36 | витD - 0,52 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 3 162,7 | K - 1 203,89 | Ca - 243,08 | Mg - 208,68 | | |
| P - 578,6 | Fe - 10,56 | I - 338,49 | Se - 22,9 | | |

Зав. производством *Е.Н. Киселёва* (Киселёва Е.Н.)

Калькулятор *Бездушная* Бездушная