

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Куликов*

Воробьев П.В.

МБОУ СОШ № 103 Самара (5-11 класс)

**МЕНЮ**

на 19.05.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ Печенье**		60	164
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	100,00	570	655
<b>Обед</b>			
№62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром.,		100	98
№101 Суп картофельный с пшеном и зеленью*		250/1	73
№270 Котлеты "Московские" с соусом		100	114
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	138,00	891	749
Всего:	238,00	1 461	1 404

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
45,31	40,8	211,94	- 1 459,94	- 0,67	- 0,69
			витС - 13,9	витаЕ - 0,36	витD - 0,52
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 256,33	K - 1 025,33	Ca - 140,61	Mg - 175,15		
P - 509,43	Fe - 9,99	I - 229,89	Se - 22,45		

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

Калькулятор *Бездушная* Бездушная

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ СОШ № 103 Самара ( 5-11 класс )



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Киселёва*

МЕНЮ

на 20.05.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№47/Акт Салат из квашеной капусты..		100	35
№259 Жаркое из птицы. **		250	291
№883 Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	100,00	590	563
<b>Обед</b>			
№ТТК 4 Салат Светофор.		100	94
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.		250/5/1	144
№268/АКТ Биточки из мяса с соусом,		100	144
№198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	123
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	138,00	896	767
Всего:	238,00	1 486	1 331

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
56,71	42,46	193,25	ВИТА - 567,75    витВ1 - 1,12    витВ2 - 0,9
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 688,47	K - 2 282,86	Ca - 321,95	Mg - 210,05
P - 697,16	Fe - 12,54	I - 251,3	Se - 33,35

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Киселёва Е.Н.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Бездушная