

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 Самара (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

Е.Т. Киселёва

М Е Н Ю

на 22.05.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №75 Икра морковная: | | 60 | 69 |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе | | 100 | 101 |
| №304 Рис отварной с м/сливочным | | 150 | 210 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 106 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 82,06 | 540 | 567 |
| Обед | | | |
| №54 Салат из свеклы с яблоками, | | 60 | 62 |
| №103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью | | 200/1 | 168 |
| №268/759 Шницель из мяса с соусом, | | 100 | 121 |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая, | | 150 | 111 |
| №349 Компот из смеси сухофруктов* | | 200 | 133 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 114,91 | 771 | 743 |
| Полдник | | | |
| №338 Яблоко*, | | 100 | 47 |
| №461 Пирожки печеные с капустой*. | | 60 | 118 |
| №349 Компот из смеси сухофруктов** | | 150 | 93 |
| Итого: | 39,46 | 310 | 258 |
| Всего: | 236,43 | 1 621 | 1 568 |

Для всего меню

| | | | | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Витамины в миллиграммах | | |
| 48,59 | 52,35 | 240,7 | вита А - 1 229,59 | витаВ1 - 0,85 | витаВ2 - 0,8 |
| | | | витаС - 28,66 | витаЕ - 0,36 | витаD - 0,62 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 3 502,54 | K - 1 521,08 | Ca - 296,78 | Mg - 267,82 | | |
| P - 695,95 | Fe - 14,3 | I - 379,54 | Se - 31,23 | | |

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

Калькулятор *Бездушная* Бездушная