

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Киселёва

Воробьев П.В.

МБОУ СОШ № 103 Самара (5-11 класс)

МЕНЮ

на 23.05.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром.,		100	98
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе классические		100	145
№303 Каша пшеничная вязкая*		180	161
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	100,00	615	592
Обед			
№35 Салат картофельный		100	116
№101 Суп картофельный с крупой и зеленью**,		250/1	95
№295/Акт Ежики из птицы с соусом.		100	149
№171 Каша перловая с овощами*		180	203
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	138,00	891	839
Всего:	238,00	1 506	1 431

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
42,79	41,09	199,77	ВИТА - 1 633,12	ВИТВ1 - 0,6	ВИТВ2 - 0,79
			ВИТС - 30,07	ВИТЕ - 0,72	ВИТD - 0,57
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 657,76	K - 1 535,55	Ca - 194,04	Mg - 186,47		
P - 648,99	Fe - 9,39	I - 258,16	Se - 68,77		

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

Калькулятор *Бездушная* Бездушная