

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.
МБОУ Школа №103 г.о.Самара(многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № 103

Куликова Л.А.

М Е Н Ю

на 04.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	101
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..		250/5	392
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	91,52	550	682
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом		100	94
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	114
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	359
№АКТ Компот из свежемороженых ягод*		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	866	747
Всего:	219,66	1 416	1 429

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
47,3	47,66	182,2	витА - 315,54	витВ1 - 0,84	витВ2 - 0,91
			витС - 18,8	витЕ - 0,05	витD - 0,74
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 055,74	K - 871,5	Ca - 613,75	Mg - 171,79		
P - 680,28	Fe - 8,43	I - 174,4	Se - 33,28		

Зав. производством *Куликова Л.А.* (Куликова Л.А)

Калькулятор *Еремеева М.С.* Еремеева М.С.