

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

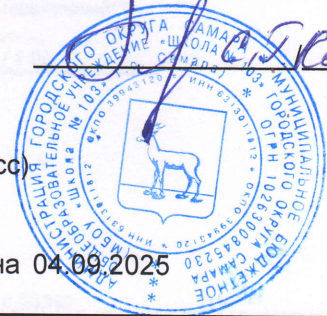
Директор школы № 103

103



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)



МЕНЮ

на 04.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	101
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	290
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	85,00	500	580
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зел		200/5/1	151
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	359
№АКТ Компот из свежзамороженных ягод*		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	733
Полдник			
№338 Яблоко*,		100	47
№467 Пирожки печеные с картошкой*,		60	133
№342 Компот из св.яблок***		150	84
Итого:	37,83	310	264
Всего:	233,00	1 586	1 577

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 323,47	витВ1 - 0,96	витВ2 - 0,99
50,64	52,88	234,62	витС - 24,42	витЕ - 0,03	витD - 0,87
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 237,09	K - 1 423,76	Ca - 641,03	Mg - 193,8		
P - 746,3	Fe - 11,75	I - 197,67	Se - 37,17		

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.