

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО ККДП



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)

МЕНЮ

на 05.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№338 Яблоко*		100	47
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№171 Каша перловая с овощами		150	170
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	85,00	584	483
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью*		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы *		200	306
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	731	831
<b>Полдник</b>			
№338 Апельсины*		100	40
№429 Булочка "Веснушка".*		50	228
№376 Чай с сахаром.		150	46
Итого:	37,83	300	314
Всего:	233,00	1 615	1 628

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 261,14	витВ1 - 0,79	витВ2 - 0,65
51,75	54,84	209,53	витС - 90,68	витЕ - 0,05	витD - 0,78

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 819,62	K - 1 321,98	Ca - 250,24	Mg - 141,24
P - 626,74	Fe - 10,98	I - 175,62	Se - 39,97

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ Еремеева М.С.