

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ИДЕАЛ"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ №103 (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Т. Куликов

МЕНЮ

на 10.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	108
Итого:	85,00	555	543
<b>Обед</b>			
№Акт Салат Степной:		60	60
№355 Солянка по домашнему	10/10/200/5/1		211
№278 Тефтели тушеные в соусе "		100	196
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	796	921
<b>Полдник</b>			
№338 Апельсины*		100	40
№424/Акт Булочка Витушка.-.		60	145
№386 Снежок.		150	115
Итого:	37,83	310	300
Всего:	233,00	1 661	1 763

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 319,78	витВ1 - 1,18	витВ2 - 1,18
61,85	63,12	249,14	ВИТС - 104,49	витЕ - 0,41	витD - 20,99
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 273,55	K - 2 252,31	Ca - 599,89	Mg - 250,14		
P - 985,05	Fe - 12,56	I - 389,56	Se - 43,63		

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Еремеева М.С.