

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КК" \_\_\_\_\_



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №103 \_\_\_\_\_

*С.Т. Куликов*

**М Е Н Ю**

на 15.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№209 Яйцо вареное **		60	95
№175 Каша молочная "Дружба" с м/сливочным..**		250/5	325
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный****		35	89
Итого:	91,52	550	614
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцо		100	60
№388 Уха рыбацкая с зеленью*		15/250/1	150
№290/АКТ Птица тушеная в соусе		50/50	120
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	906	794
Всего:	219,66	1 456	1 409

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 379,89	витаВ1 - 0,57	витаВ2 - 0,95
57,03	47,48	173,42	витаС - 24,87	витаЕ - 0,36	витаD - 3,12
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 438,98	K - 1 257,15	Ca - 396,2	Mg - 138,09		
P - 626,89	Fe - 9,52	I - 271,48	Se - 52,48		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Еремеева М.С.