

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КЭДЛ"



Воробьев П.В.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Г. Куликова

М Е Н Ю

на 16.09.2025

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги** | | 100 | 64 |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом. | | 100 | 179 |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р. | | 180 | 202 |
| №348 (АКТ) Компот из изюма* | | 200 | 122 |
| №ПР Хлеб пшеничный * | | 35 | 82 |
| Итого: | 91,52 | 615 | 650 |
| Обед | | | |
| №75 Икра свекольная* | | 100 | 185 |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены | | 250/5/1 | 117 |
| №229 Рыба, тушенная с овощами | | 50/50 | 220 |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч.. | | 180 | 165 |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте | | 200 | 35 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 128,14 | 896 | 870 |
| Всего: | 219,66 | 1 511 | 1 520 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ВИТА - 1 | ВИТВ1 - 0,64 | ВИТВ2 - 0,76 |
| 47,86 | 48,81 | 226,34 | 742,15 | ВИТЕ - 0,37 | ВИТD - 12,19 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 486,38 | K - 1 901,72 | Ca - 283,06 | Mg - 192,47 | | |
| P - 603,28 | Fe - 8,61 | I - 315,99 | Se - 25,08 | | |

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.