

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



Воробьев П.В.

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



**МЕНЮ**

на 24.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом		100	85
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	165
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	108
Итого:	91,52	625	604
<b>Обед</b>			
№Акт Салат Степной.:		100	61
№355 Солянка по домашнему**		10/10/250/5/1	111
№278 Тефтели тушеные в соусе "		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	203
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	916	840
Всего:	219,66	1 541	1 444

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
53,46	61,49	202,77	- 275,7	- 1,09	- 0,95
			витС - 48,76	витаЕ - 0,36	витD - 20,61
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 439,7	K - 2 338,4	Ca - 399,34	Mg - 220,7		
P - 802,45	Fe - 12,14	I - 404,41	Se - 42,16		

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.