

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ИКДБ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



Воробьев П.В.

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



МЕНЮ

на 25.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	101
№120 Суп молочный с вермишелью.		250/5	190
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	91,52	550	479
<b>Обед</b>			
№49 Салат "Витаминный"..		100	155
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	118
№270 Котлеты "Московские"		100	194
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№АКТ Компот из свежемороженых ягод*		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	891	896
Всего:	219,66	1 441	1 375

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	Вита А	Вита В1	Вита В2	
44,9	43,16	180,61	532,09	0,77	0,99	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 600,18	K - 997,24	Ca - 425,22	Mg - 174,68			
P - 602,77	Fe - 8,76	I - 218,36	Se - 24,98			

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.