

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДТ"



Воробьев П.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Т. Киселёва

ГБОУ СОШ 103 (1-4 кл.)

М Е Н Ю

на 10.09.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное **		60	95
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	283
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	84,34	500	572
Обед			
№338 Яблоко*,		100	47
№116/АКТ Суп-харчо с мясом и зеленью		15/200/1	160
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	203
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	158
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,02	826	751
Полдник			
№338 Груша*		100	79
№АКТ Плюшка Московская.*		60	191
№388 Напиток из плодов шиповника*		150	76
Итого:	39,15	310	346
Всего:	237,51	1 636	1 669

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 240,31	витВ1 - 0,83	витВ2 - 1,05
45,35	52,6	256,29	витС - 122,94	вите - 0,27	витD - 13,37
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 239,41	K - 1 679,72	Ca - 476,3	Mg - 214,47		
P - 820,52	Fe - 14,31	I - 321,4	Se - 55,6		

Зав. производством _____ (Киселёва Е.Н.)

Калькулятор _____ Бездушная