

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 (многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Клушар

М Е Н Ю

на 23.09.2026

Наименование блюда

Цена

Выход

Ккал

Завтрак

№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом		100	85
№259 Жаркое по-домашнему..		250	358
№883 Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	94,72	590	663

Обед

№62 Салат из моркови (припуц.) с сахаром.,		100	98
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.		250/5/1	101
№143/759 Колбаса отварная с соусом..*		100	110
№198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	123
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	74
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	132,61	896	689
Всего:	227,33	1 486	1 352

Для всего меню

В граммах

Белки
45,14

Жиры
46,89

Углеводы
195,66

Витамины в миллиграммах

вита - 1 437,25
вита - 53,41

витаВ1 - 1,19
витаЕ - 0,36

витаВ2 - 0,83
витаD - 8,85

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 467,93
P - 714,71

K - 2 233,97
Fe - 12,7

Ca - 368,36
I - 242,88

Mg - 220,47
Se - 32,7

Зав. производством

(Киселёва Е.Н.)

Калькулятор

Бездушная