

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 (ОВЗ 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Киселёва

М Е Н Ю

на 26.09.2026

| Наименование блюда                          | Цена   | Выход | Ккал  |
|---------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                              |        |       |       |
| №62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром.,  |        | 100   | 98    |
| №265 Плов с мясом . *                       |        | 250   | 384   |
| №303 Каша пшеничная вязкая*.                |        | 180   | 161   |
| №376 Чай с сахаром                          |        | 200   | 58    |
| №ПР Хлеб пшеничный *                        |        | 35    | 82    |
| Итого:                                      | 94,72  | 765   | 784   |
| <b>Обед</b>                                 |        |       |       |
| №35 Салат картофельный                      |        | 100   | 116   |
| №101 Суп картофельный с крупой и зеленью**, |        | 250/1 | 95    |
| №143/330 Рагу овощное с мясом **            |        | 250   | 461   |
| №171 Каша перловая с овощами*               |        | 180   | 203   |
| №Акт Напиток фруктовый                      |        | 200   | 128   |
| №ПР Хлеб пшеничный                          |        | 30    | 74    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                    |        | 30    | 67    |
| Итого:                                      | 132,61 | 1 041 | 1 144 |
| Всего:                                      | 227,33 | 1 806 | 1 928 |

Для всего меню

|          |           |        |
|----------|-----------|--------|
| Белки    | В граммах |        |
| Жиры     |           |        |
| Углеводы |           |        |
| 71,33    | 69,38     | 265,03 |

|                         |              |              |
|-------------------------|--------------|--------------|
| Витамины в миллиграммах |              |              |
| витА - 2 577,1          | витВ1 - 1,25 | витВ2 - 0,97 |
| витС - 44,96            | витЕ - 0,01  | витD - 0,53  |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |              |             |             |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 3 222,84 | K - 1 959,31 | Ca - 234,77 | Mg - 218,04 |
| P - 941,59    | Fe - 12,43   | I - 335,33  | Se - 59,94  |

• Зав. производством \_\_\_\_\_ (Киселёва Е.Н.)

Калькулятор

Бездушная