

УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Директор школы № 103

С.Т. Киселёва



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 29.09.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ТТК 4 Салат Светофор.		100	94
№291 Плов из птицы**		250	382
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	114
№ПР Хлеб пшеничный		30	74
Итого:	94,72	580	664
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом		100	94
№113 Суп-лапша домашняя с мясом и зеленью**		10/250/1	331
№Акт Капуста тушеная с мясом**,		250	226
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	112
№ПР Хлеб пшеничный		30	74
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	132,61	871	904
Всего:	227,33	1 451	1 568

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 589,45	витВ1 - 0,41	витВ2 - 0,59
49,44	47,47	195,98	витС - 57,08	витЕ - 0,05	витD - 0,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 969,67	K - 989,58	Ca - 264,36	Mg - 136,39		
P - 480,33	Fe - 6,93	I - 307,2	Se - 37,71		

Зав. производством

(Киселёва Е.Н.)

Калькулятор

Бездушная