

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Кузнецов



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 ( дети мобилизованных родителей 5-11 класс)



М Е Н Ю

на 30.09.2026

| Наименование блюда                          | Цена   | Выход | Ккал  |
|---------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                              |        |       |       |
| №ПР Икра кабачковая*                        |        | 100   | 134   |
| №256 Мясо тушеное .                         |        | 50/50 | 141   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р.   |        | 180   | 202   |
| №376 Чай с сахаром                          |        | 200   | 58    |
| №ПР Хлеб пшеничный                          |        | 40    | 101   |
| Итого:                                      | 94,72  | 620   | 636   |
| <b>Обед</b>                                 |        |       |       |
| №49 Салат "Витаминный"..                    |        | 100   | 155   |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский с зеленью) |        | 250/1 | 133   |
| №229 Рыба, тушенная с овощами ,,            |        | 100   | 170   |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч..         |        | 180   | 176   |
| №388 Напиток из плодов шиповника            |        | 200   | 88    |
| №ПР Хлеб пшеничный                          |        | 30    | 74    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                    |        | 30    | 67    |
| Итого:                                      | 132,61 | 891   | 863   |
| Всего:                                      | 227,33 | 1 511 | 1 499 |

Для всего меню

| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |             |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|-------------|--------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | витА - 978,1            | витВ1 - 0,7 | витВ2 - 0,81 |
| 53,19                               | 54,8         | 202,22      | витС - 159,12           | вите - 0,34 | витD - 10,7  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |             |              |
| Na - 2 945,26                       | K - 1 898,21 | Ca - 216,71 | Mg - 158,31             |             |              |
| P - 592,84                          | Fe - 8,78    | I - 321,06  | Se - 26,78              |             |              |

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

Калькулятор

Бездушная