

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККЦП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 г.о.Самара(многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликова

МЕНЮ

на 14.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком*		100	90
№207 Макароны , запеченные с сыром.**,		210	299
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	550	640
Обед			
№75 Икра свекольная*		100	185
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	117
№278 Тефтели тушеные в соусе "		100	196
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	165
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	846
Всего:	219,66	1 446	1 486

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2	витD
40,44	42,6	219,88	вита - 456,43	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,74	витD - 0,7
			витС - 34,35	витЕ - 0,36		
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 701,3	K - 1 505,01	Ca - 319,34	Mg - 129,88			
P - 485,78	Fe - 8,13	I - 251,16	Se - 19,34			

Зав. производством *Куликова* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.