

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы № 103

*С.Т. Куликова*

**МЕНЮ**

на 16.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№338 Яблоко*		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	208
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	85,00	535	455
<b>Обед</b>			
№Акт Салат Степной:		60	60
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		200/5/1	107
№Акт Бигус с сосиской		200	292
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	726	695
<b>Полдник</b>			
№338 Яблоко*		100	47
№467 Пирожки печеные с картошкой*,		60	133
№342 Компот из св.яблок***		150	84
Итого:	37,83	310	264
Всего:	233,00	1 571	1 414

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 512,66	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,63
42,21	57,56	237,23	витС - 242,55	витЕ - 0,71	витD - 8,93
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 017,1	K - 1 222,96	Ca - 388,51	Mg - 151,41		
P - 501,49	Fe - 9,48	I - 199,87	Se - 18,93		

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.