

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО ИЖДЕТ



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликов

М Е Н Ю

на 18.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	91,52	619	657
Обед			
№63 Салат из моркови (припуш.) и кураги**		100	64
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		250/1	147
№270 Котлеты "Московские"		100	194
№171 Каша перловая с овощами*		180	203
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	891	871
Всего:	219,66	1 510	1 528

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
50,02		54,65	226,48	вита А - 1 811,45	витаВ1 - 0,75	витаВ2 - 0,81
				витаС - 15,73	витаЕ - 0,36	витаD - 0,93
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 3 193,07	K - 1 659,73	Ca - 240,89	Mg - 176,36			
P - 693,64	Fe - 10,53	I - 276,04	Se - 44,02			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.