

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КВФ"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(ОБЗ 1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликова

М Е Н Ю

на 20.10.2025

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--------------------------------------|--------|----------|-------|
| Завтрак | | | |
| №3 Бутерброд с сыром*.* | | 60 | 101 |
| №173 Каша вязкая молочная пшениная,, | | 200/5 | 297 |
| №382 Какао с молоком.. | | 200 | 85 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| Итого: | 85,00 | 505 | 602 |
| Обед | | | |
| №ПР Икра кабачковая.. | | 60 | 80 |
| №388/625 Уха рыбацкая | | 15/200/1 | 191 |
| №291 Плов из птицы* | | 200 | 299 |
| №349 Компот из смеси сухофруктов* | | 200 | 133 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 110,17 | 736 | 851 |
| Всего: | 195,17 | 1 241 | 1 453 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|-------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ВИТА - 350,15 | ВИТВ1 - 0,6 | ВИТВ2 - 1,04 |
| 48,37 | 50,06 | 234,34 | ВИТС - 14,19 | ВИТЕ - 0,55 | ВИТD - 0,84 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|------------|
| Na - 2 453,89 | K - 1 106,77 | Ca - 563,59 | Mg - 179,8 |
| P - 738,61 | Fe - 7,23 | I - 211,65 | Se - 36,23 |

Зав. производством _____

Куликова
Еремеева

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Еремеева М.С.