

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДТ"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО" Директор школы № 103

С.Т. Куликов

МЕНЮ

на 29.10.2025

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги** | | 100 | 64 |
| №289 Рагу овощное из птицы.. | | 250 | 319 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 106 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 91,52 | 580 | 570 |
| Обед | | | |
| №67 Винегрет овощной , | | 100 | 125 |
| №108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью*...* | | 250 | 104 |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом. | | 100 | 179 |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл. | | 180 | 203 |
| №348 Компот из кураги | | 200 | 115 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 128,14 | 890 | 875 |
| Всего: | 219,66 | 1 470 | 1 445 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|------|----------|-------------------------|---------------|---------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | вита А - 2 029,92 | витаВ1 - 0,61 | витаВ2 - 0,73 |
| 52,09 | 56,9 | 207,29 | витаС - 26,33 | витаЕ - 0,37 | витаD - 0,58 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 2 221,15 | K - 1 802,34 | Ca - 201,88 | Mg - 232,78 |
| P - 565,53 | Fe - 9,89 | I - 205,35 | Se - 22,94 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.