

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ОКДП" ИНН 6313536457



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Косарев

МЕНЮ

на 29.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги*		60	38
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	85,00	500	486
Обед			
№67 Винегрет овощной		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом..		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	770	732
Всего:	195,17	1 270	1 218

Для всего меню

В граммах
Белки 42,64
Жиры 43,45
Углеводы 177,17

Витамины в миллиграммах
вита - 1 946,68
витС - 24,56
витВ1 - 0,71
витаЕ - 0,37
витВ2 - 0,88
витаD - 0,69

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 946,24
K - 1 827,25
Ca - 214,26
Mg - 276,49
P - 642,89
Fe - 11,54
I - 171,1
Se - 26,57

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.