

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*Т. Куликова*

МЕНЮ

на 29.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№63 Салат из моркови (припуш.) 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
<b>Обед</b>			
№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
<b>Полдник</b>			
№426 Сдоба Выборгская		100	320
№386 Кефир.		200	100
Итого:	37,83	300	420
Всего:	233,00	1 570	1 638

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
55,04	62,81	226,3	вита - 1 990,73	витВ1 - 0,87	витВ2 - 1,24
			витС - 26,09	витЕ - 0,37	витD - 0,69
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 124,25	K - 1 892,92	Ca - 467,46	Mg - 313,78		
P - 872,78	Fe - 12,49	I - 211,06	Se - 29,9		

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.