

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КЭДП" ИНН 6313586457



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликова



МЕНЮ

на 31.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№57 Салат из редьки**		60	47
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	126
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	85,00	540	470
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью*		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы *		200	209
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	731	734
Полдник			
№338 Апельсины*		100	40
№429 Булочка "Веснушка".*		50	228
№376 Чай с сахаром.		150	46
Итого:	37,83	300	314
Всего:	233,00	1 571	1 518

Для всего меню

Белки 56,14 В граммах Жиры 54,74 Углеводы 204,12

Витамины в миллиграммах
витА - 257,91 витВ1 - 0,97 витВ2 - 0,74
витС - 101,15 витРР - 0,15 витЕ - 0,05

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 245,58 K - 1 432,78 Ca - 255,48 Mg - 252,51
P - 681,51 Fe - 13,14 I - 228,89 Se - 27,09

Зав. производством

Куликова
Куликова

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Еремеева М.С.