

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Киселёва



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 (многодетные 5-11 класс)



МЕНЮ

на 03.10.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№256 Мясо тушеное .		50/50	141
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	95,46	619	656
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с зеленью и маслом		100	85
№103 Суп картофельный с вермишелью мясом и зеленью		10/250/1	134
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	190
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	74
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	901	896
Всего:	229,11	1 520	1 553

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	Витамины в миллиграммах	Витамины в миллиграммах
52,37	55,47	206,21	ВИТА - 444,51	ВИТВ1 - 0,67	ВИТВ2 - 0,77
			ВИТС - 29,15	ВИТЕ - 0,36	ВИТD - 0,93
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 619,5	K - 1 585,55	Ca - 220,97	Mg - 147,05		
P - 578,02	Fe - 9,21	I - 331,9	Se - 28,91		

Зав. производством _____ (Киселёва Е.Н.)

Калькулятор _____ Бездушная