

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Киселёва

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)

М Е Н Ю

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 белокачанной 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	вита А - 444,51	витаВ1 - 0,67	витаВ2 - 0,77
52,37	55,47	206,21	витаС - 29,15	витаЕ - 0,36	витаD - 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. (Киселёва Е.Н.)

Калькулятор Бездушная