

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 (многодетные 5-11 клас)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № СРЗ

С.Д. Киселёва

МЕНЮ

на 06.10.2026

| Наименование блюда                          | Цена   | Выход | Ккал  |
|---------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                              |        |       |       |
| № Печенье**                                 |        | 60    | 107   |
| №270 Котлеты из птицы "Московские" с соусом |        | 100   | 125   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.        |        | 180   | 203   |
| №376 Чай с сахаром                          |        | 200   | 58    |
| №ПР Хлеб пшеничный                          |        | 30    | 74    |
| Итого:                                      | 94,72  | 570   | 567   |
| <b>Обед</b>                                 |        |       |       |
| №ТТК 4 Салат Светофор.                      |        | 100   | 94    |
| №101 Суп картофельный с пшеном и зеленью*   |        | 250/1 | 113   |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе     |        | 100   | 202   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р.   |        | 180   | 202   |
| №342 Компот из свежих яблок                 |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                          |        | 30    | 74    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                    |        | 30    | 67    |
| Итого:                                      | 132,61 | 891   | 868   |
| Всего:                                      | 227,33 | 1 461 | 1 435 |

Для всего меню

| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | витА - 523,88           | витВ1 - 0,68 | витВ2 - 0,68 |
| 50,76                               | 49,41        | 210,69      | витС - 18,52            | витЕ - 0,36  | витD - 0,52  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |              |              |
| Na - 2 634,43                       | K - 1 034,03 | Ca - 140,81 | Mg - 167,53             |              |              |
| P - 510,85                          | Fe - 10,07   | I - 263,7   | Se - 22,48              |              |              |

Зав. производством Киселёва Е.Н. (Киселёва Е.Н.)

Калькулятор

Бездушная