

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.Самара(многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



МЕНЮ

на 20.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*		100	47
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	598
Обед			
№63 Салат из моркови (припуц.) и кураги**		100	64
№355 Солянка по домашнему**		10/10/250/5/1	127
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	916	816
Всего:	219,66	1 526	1 414

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
49,91	52,27	212,68	- 1 225,77	- 0,44	- 0,62
			витС - 28,05	витЕ - 0,72	витD - 8,88
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 842,38	K - 1 051,73	Ca - 241,94	Mg - 183,39		
P - 539,58	Fe - 10,68	I - 172,39	Se - 21,86		

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.