

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Куликова*

МЕНЮ

на 20.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№338 Яблоко*		100	47
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	85,00	580	564
<b>Обед</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги*		60	38
№355 Солянка по домашнему		10/10/200/5/1	211
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	796	782
<b>Полдник</b>			
№338 Груша*		100	79
№АКТ Плюшка Московская.*		60	191
№388 Напиток из плодов шиповника*		150	76
Итого:	37,83	310	346
Всего:	233,00	1 686	1 692

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
51,87	57,16	244,73

Витамины в миллиграммах

вита - 1 293,63	витВ1 - 0,64	витВ2 - 0,72
витС - 130,64	витЕ - 0,99	витD - 8,99

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 851,12	K - 1 223,68	Ca - 294,87	Mg - 254,94
P - 690,95	Fe - 15,6	I - 175,13	Se - 27,78

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.