

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.Самара(5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликова

МЕНЮ

на 21.11.2025

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| №ПР Вафли* | | 60 | 155 |
| №259 Жаркое из птицы. ** | | 250 | 291 |
| №348 Компот из кураги | | 200 | 115 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| Итого: | 91,52 | 550 | 680 |
| Обед | | | |
| №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком* | | 100 | 90 |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе. | | 250/5/1 | 144 |
| №268/759 Шницель из мяса с соусом, | | 100 | 196 |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/раст... | | 180 | 203 |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте | | 200 | 35 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 128,14 | 896 | 816 |
| Всего: | 219,66 | 1 446 | 1 496 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | вита | витВ1 | витВ2 |
| 51,1 | 49,88 | 220,66 | вита - 526,32 | витВ1 - 1,12 | витВ2 - 0,88 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 298,19 | K - 2 221,58 | Ca - 299,74 | Mg - 211,09 | | |
| P - 700,58 | Fe - 12,87 | I - 215,58 | Se - 34,61 | | |

Зав. производством

Куликова

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Еремеева М.С.