

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ЖКДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.Самара(5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Т.Куликов

**М Е Н Ю**

на 24.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№2 Бутерброд с повидлом**,		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..		250/5	375
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	91,52	550	680
<b>Обед</b>			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:.	128,14	896	825
Всего:	219,66	1 446	1 505

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
45	Жиры	204,85	вита - 105,1	витВ1 - 0,61
	49		витС - 32,68	витВ2 - 0,63
				витРР - 0,03
				витЕ - 1,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 835,8	K - 922,43	Ca - 368,37	Mg - 190,74
P - 623,29	Fe - 10,05	I - 138,26	Se - 32,55

Зав. производством Куликов (Куликова Л.А.)

Калькулятор Куликов Еремеева М.С.