

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



МЕНЮ

на 10.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припуш.) и кураги**		100	64
№289 Рагу овощное из птицы..		250	319
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	580	570
Обед			
№Акт Салат Степной:.		100	61
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью*		250/5/1	154
№Акт Бигус с сосиской**		250	387
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	866	838
Всего:	219,66	1 446	1 408

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ	витВ
48,69	55,1	191,6	вита - 2 147,62	витВ1 - 0,43	витВ2 - 0,7
			витС - 199,79	витЕ - 0,34	витD - 0,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 575,69	K - 1 912,61	Ca - 275,96	Mg - 168,54		
P - 496,32	Fe - 8,46	I - 269,2	Se - 40,55		

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г