

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Г. Куликова

М Е Н Ю

на 11.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл		250/5	299
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	585	545
Обед			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью*...*		250	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	890	873
Всего:	219,66	1 475	1 419

Для всего меню

Белки	В граммах		Витамины в миллиграммах		
46,95	Жиры	Углеводы	ВИТА - 483,19	ВИТВ1 - 0,47	ВИТВ2 - 0,63
	51,41	212,2	ВИТС - 29,27	ВИТПР - 0,1	ВИТЕ - 0,37
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 094,45	K - 1 311,5	Ca - 321,43	Mg - 132,83		
P - 449,88	Fe - 7,74	I - 180,41	Se - 13,84		

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

Калькулятор *Фролова* Фролова Л.Г