

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 го Самара (многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Куликова*

**МЕНЮ**

на 20.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№Акт Салат Степной..		100	61
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе классические		100	145
№303 Каша пшеничная вязкая*		180	161
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	91,52	615	555
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№102 Суп картофельный с фасолью и зеленью.		250/1	148
№291 Плов из птицы**		250	382
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	861	931
Всего:	219,66	1 476	1 486

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 853,92	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,72
53,44	47,25	190,57	ВИТС - 23,97	витЕ - 0,36	витD - 0,51

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 611,77	K - 1 136,5	Ca - 203,6	Mg - 163,24
P - 516,42	Fe - 8,3	I - 331,87	Se - 50,48

Зав. производством

*Куликова*  
(Куликова Л.А)

Калькулятор

*Фролова*  
Фролова Л.Г