

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.В. Калашова*

МЕНЮ

на 25.12.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход | Ккал  |
|--|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |       |       |
| №338 Яблоко*                                     |        | 100   | 47    |
| №175 Каша вязкая молочная из риса и пшена        |        | 200/5 | 253   |
| №883/Акт Кисель*                                 |        | 200   | 119   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30    | 81    |
| Итого:   | 85,00  | 535   | 500   |
| <b>Обед</b>                                      |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной .                           |        | 60    | 75    |
| №108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.  |        | 200   | 104   |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом. |        | 100   | 179   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р*        |        | 150   | 168   |
| №348 Компот из кураги                            |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30    | 67    |
| Итого:   | 110,17 | 770   | 790   |
| <b>Полдник</b>                                   |        |       |       |
| №338 Груша*                                      |        | 100   | 79    |
| №467 Пирожки печеные с картошкой,*,              |        | 60    | 133   |
| №342 Компот из св.яблок***                       |        | 150   | 84    |
| Итого:   | 37,83  | 310   | 296   |
| Всего:   | 233,00 | 1 615 | 1 586 |

Для всего меню

|       |       |          |                         |              |              |
|-------|-------|----------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры  | Углеводы | Витамины в миллиграммах |              |              |
| 44,05 | 47,68 | 232,39   | ВИТА - 420,45           | витВ1 - 0,57 | витВ2 - 0,65 |
|       |       |          | ВИТС - 36,73            | витЕ - 0,38  | витD - 9,17  |

Минеральные вещества в миллиграммах

|            |              |             |             |
|------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 2 240 | K - 1 522,59 | Ca - 345,35 | Mg - 154,85 |
| P - 511,37 | Fe - 11,42   | I - 230,05  | Se - 19,17  |

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

Калькулятор *Еремеева М.С.* Еремеева М.С.