

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ИДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Г. Куликова

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 27.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	91,52	619	657
<b>Обед</b>			
№63 Салат из моркови (припуц.) и кураги**		100	64
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		250/1	172
№270 Котлеты "Московские"		100	114
№171 Каша перловая с овощами*		180	203
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	891	816
Всего:	219,66	1 510	1 473

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
49,44	47,87	204,08	- 1 811,45	- 0,75	- 0,81
			витС - 15,73	витЕ - 0,36	витD - 0,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 193,07	K - 1 659,73	Ca - 240,89	Mg - 176,36
P - 693,64	Fe - 10,53	I - 276,04	Se - 44,02

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Еремеева М.С.