

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

Воробьев П.В.

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



**МЕНЮ**

на 30.12.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход    | Ккал  |
|--|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |          |       |
| № Печенье**                                      |        | 60       | 189   |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе          |        | 100      | 101   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.             |        | 180      | 203   |
| №376 Чай с сахаром                               |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30       | 81    |
| Итого:   | 91,52  | 570      | 680   |
| <b>Обед</b>                                      |        |          |       |
| №67 Винегрет овощной ,                           |        | 100      | 125   |
| №116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью* |        | 15/250/1 | 138   |
| №268/АКТ Биточки из мяса с соусом,               |        | 100      | 165   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р.        |        | 180      | 202   |
| №342 Компот из свежих яблок                      |        | 200      | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30       | 67    |
| Итого:   | 128,14 | 906      | 892   |
| Всего:   | 219,66 | 1 476    | 1 572 |

Для всего меню

В граммах

|       |       |          |
|-------|-------|----------|
| Белки | Жиры  | Углеводы |
| 52,12 | 50,59 | 209,49   |

|                         |              |              |
|-------------------------|--------------|--------------|
| Витамины в миллиграммах |              |              |
| ВИТА - 348,29           | ВИТВ1 - 0,71 | ВИТВ2 - 0,67 |
| ВИТС - 9,86             | ВИТЕ - 0,36  | ВИТD - 0,52  |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |            |             |            |
|---------------|------------|-------------|------------|
| Na - 2 892,98 | K - 835,97 | Ca - 141,34 | Mg - 161   |
| P - 525,99    | Fe - 10,2  | I - 272,99  | Se - 22,44 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Еремеева М.С.