

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Г. Куликова*

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(мобилизованные 5-11 класс)2 смена

М Е Н Ю

на 15.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№355 Солянка по домашнему**		10/10/250/5/1	127
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	916	816
<b>Полдник</b>			
№338 Груша*		100	79
№АКТ Плюшка Московская.*		60	191
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
Итого:	59,57	360	358
Всего:	193,22	1 276	1 174

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 1	ВИТВ1 - 0,47	ВИТВ2 - 0,66
35,25	39,85	190,66	ВИТС - 145	ВИТЕ - 0,71	ВИТD - 0,53

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 679,84	K - 854,02	Ca - 206,9	Mg - 180,92
P - 479,23	Fe - 10,14	I - 153,09	Se - 26,16

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.