

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Кудряков*

М Е Н Ю

на 16.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком*		100	90
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	144
№268/759 Шницель из мяса с соусом,		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	203
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	896	816
<b>Полдник</b>			
№338 Яблоко*,		100	47
№461 Пирожки печеные с капустой**		75	147
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
Итого:	59,57	375	327
Всего:	193,22	1 271	1 143

Для всего меню

В граммах				
Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
37,04	38,3	193,77	ВИТА - 445,76	витВ1 - 0,97    витВ2 - 0,62
Минеральные вещества в миллиграммах				
Na - 1 848,34	K - 1 441,92	Ca - 299,38	Mg - 163,09	
P - 532,57	Fe - 12,34	I - 181,05	Se - 31,87	

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.