

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 19.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	896	825
Полдник			
№ПР Вафли*		27	155
№415 Крендель сахарный*.		100	370
№385 Молоко кипяченое..		200	106
Итого:	59,57	327	631
Всего:	193,22	1 223	1 457

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
40,4		55,74	210,06	вита А - 115,99	витВ1 - 0,37	витВ2 - 0,75
				витС - 32,44	витРР - 0,03	витаЕ - 1,11
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 1 668,93	K - 971,6	Ca - 357,24	Mg - 126,27			
P - 543,76	Fe - 6,36	I - 121,32	Se - 28,08			

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.