

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ЖКДП"



Воробьев П.В.

МБОУ СОШ № 103 Самара (дети мобилизованных родителей 1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

МЕНЮ

на 22.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	770	790
Полдник			
№ПР Выпечка ,		100	234
№883/Акт Кисель*		200	119
Итого:	39,46	300	353
Всего:	154,37	1 070	1 142

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
36,22	38,08	151,01	вита - 385,46	витВ1 - 0,44	витВ2 - 0,44
			витС - 22,2	витЕ - 0,37	витD - 8,97
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 546,26	K - 793,31	Ca - 192,42	Mg - 110,76		
P - 345,4	Fe - 6,14	I - 141,44	Se - 12,99		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.