

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 103 Самара (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)

МЕНЮ

на 28.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
№Акт Салат Степной..		100	61
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	190
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	176
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	891	816
Полдник			
№338 Апельсины*		100	40
№424/Акт Булочка Витушка.-.		60	145
№386 Снежок		200	158
Итого:	59,57	360	343
Всего:	193,22	1 251	1 159

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А	витаВ1	витаВ2
39,4	34,91	175,24	589,54	0,57	0,94
			83,61	0,05	10,93
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 417,26	K - 1 872,15	Ca - 500,11	Mg - 186,93		
P - 702,14	Fe - 6,56	I - 334,85	Se - 27,26		

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)
 Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.