

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Куликова*

**М Е Н Ю**

на 29.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги*		60	38
№355 Солянка по домашнему		10/10/200/5/1	211
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	796	782
<b>Полдник</b>			
№ПР Выпечка ,		100	234
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
Итого:	39,46	300	322
Всего:	154,37	1 096	1 104

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах			
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 1 282,15	витВ1 - 0,56	витВ2 - 0,66
35,2	35,92	167,5	ВИТС - 139,96	ВИТЕ - 0,7	ВИТD - 0,4
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 084,8	K - 851,42	Ca - 185,48	Mg - 230,68		
P - 535,48	Fe - 9,8	I - 81,47	Se - 22,88		

Зав. производством

*Куликова*  
*Куликова*

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г