

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



*С.Т. Колупудук*

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 12.02.2026

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 А	вита В1	вита В2
35,2	35,92	167,5	1 282,15	0,56	0,66
			вита С - 139,96	вита Е - 0,7	вита D - 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 Л.А.* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Фролова Л.Г.* Фролова Л.Г.