

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



МЕНЮ

на 16.02.2026

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход   | Ккал  |
|---|--------|---------|-------|
| <b>Обед</b>   |        |         |       |
| №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   |
| <b>Полдник</b>                                      |        |         |       |
| №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

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-----------|-------|----------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | вита                    | витВ1        | витВ2        |
| 40,4      | 55,74 | 210,06   | вита - 115,99           | витВ1 - 0,37 | витВ2 - 0,75 |
|           |       |          | витС - 32,44            | витРР - 0,03 | витЕ - 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.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.