

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликова

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 06.03.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|-------|-------|
| Обед | | | |
| №47/Акт Салат из квашеной капусты.. | | 100 | 35 |
| №103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью | | 250/1 | 190 |
| №259 Жаркое из птицы. ** | | 250 | 291 |
| №349 Компот из смеси сухофруктов* | | 200 | 133 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 133,65 | 861 | 796 |
| Полдник | | | |
| №338 Апельсины* | | 100 | 40 |
| №429 Булочка "Веснушка".* | | 50 | 188 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 106 |
| Итого: | 59,57 | 350 | 334 |
| Всего: | 193,22 | 1 211 | 1 130 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|-------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витА | витВ1 | витВ2 |
| 34,6 | 31,86 | 144,18 | - 244,27 | - 0,55 | - 0,56 |
| | | | витС - 86,05 | витЕ - 0,05 | витD - 0,33 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 1 526,48 | K - 1 367,46 | Ca - 189,45 | Mg - 118,33 | | |
| P - 400,88 | Fe - 6,8 | I - 151,57 | Se - 18,92 | | |

Зав. производством *Куликова* (Куликова Л.А)

Калькулятор *Куликова* Фролова Л.Г