

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



Воробьев П.В.

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



**МЕНЮ**

на 12.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
№338 Яблоко*		100	47
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	160
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	158
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	158
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	816	706
<b>Полдник</b>			
№ПР Выпечка ,		100	234
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
Итого:	39,46	300	322
Всего:	154,37	1 116	1 028

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 300,99	витВ1 - 0,5	витВ2 - 0,63
31,57	36,11	151,12	витС - 155,4	витЕ - 0,34	витD - 10,54
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 547,62	K - 1 567,04	Ca - 226,71	Mg - 148,4		
P - 470,16	Fe - 8,03	I - 220,45	Se - 23,32		

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г