

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККД"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*Л.А. Куликова*

**М Е Н Ю**

на 16.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	151
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	776	705
<b>Полдник</b>			
№ПР Выпечка ,		100	234
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
Итого:	39,46	300	367
Всего:	154,37	1 076	1 072

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА -	ВИТВ1 -	ВИТВ2 -
31,81	34,67	162,42	221,54	0,53	0,59
			ВИТС - 19,32	ВИТЕ - 0,91	ВИТD - 0,41
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 448,49	K - 807,45	Ca - 198,13	Mg - 215,79		
P - 496,96	Fe - 9,95	I - 136,09	Se - 26,41		

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

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