

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



Воробьев П.В.

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



С.Т. Куликова

МЕНЮ

на 18.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
№75 Икра морковная:		60	69
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	163
№278 Тефтели тушеные в соусе "		100	145
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	786	822
Полдник			
№ПР Выпечка ,		100	234
№376 Чай с сахаром		200	106
Итого:	39,46	300	340
Всего:	154,37	1 086	1 162

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	витаВ1 -	витаВ2 -
36,12	34,95	154,49	1 005,18	0,53	0,55
			витаС - 143,12	витаЕ - 0,7	витаD - 0,42

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 735,59	K - 675,91	Ca - 131,53	Mg - 124,81
P - 404,01	Fe - 6,62	I - 175,04	Se - 19,25

Зав. производством _____

Куликова

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова

Фролова Л.Г