

"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 19.03.2026

| Наименование блюда                                   | Цена   | Выход | Ккал  |
|--|--------|-------|-------|
| <b>Обед</b>  |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной ,                               |        | 100   | 125   |
| №102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью |        | 250/1 | 172   |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.     |        | 100   | 179   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р.            |        | 180   | 202   |
| №348 Компот из кураги                                |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                   |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                             |        | 30    | 67    |
| Итого:   | 133,65 | 891   | 941   |
| <b>Полдник</b>                                       |        |       |       |
| №338 Яблоко*,  |        | 100   | 47    |
| №467 Пирожки печеные с картошкой,.                   |        | 75    | 167   |
| №342 Компот из св.яблок                              |        | 180   | 101   |
| Итого:   | 59,57  | 355   | 314   |
| Всего:   | 193,22 | 1 246 | 1 256 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |               |               |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------------|---------------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | витаА - 499,74          | витаВ1 - 0,58 | витаВ2 - 0,54 |
| 39,59     | 43,26 | 192,45   | витаС - 21,6            | витаЕ - 0,37  | витаD - 0,53  |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |              |             |             |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 2 437,85 | K - 1 649,24 | Ca - 204,51 | Mg - 138,94 |
| P - 425,68    | Fe - 9,87    | I - 230,17  | Se - 17,76  |

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

Калькулятор *Куликова* Фролова Л.Г