

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



Воробьев П.В.

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

**МЕНЮ**

на 21.03.2026

| Наименование блюда                             | Цена   | Выход    | Ккал  |
|--|--------|----------|-------|
| <b>Обед</b>                                    |        |          |       |
| №63 Салат из моркови (припуц.) и кураги**      |        | 100      | 64    |
| №113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью** |        | 10/250/1 | 184   |
| №270 Котлеты "Московские" с соусом             |        | 100      | 114   |
| №171 Каша перловая с овощами*                  |        | 180      | 203   |
| №348 Компот из кураги                          |        | 200      | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                             |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                       |        | 30       | 67    |
| Итого:   | 133,65 | 901      | 827   |
| <b>Полдник</b>                                 |        |          |       |
| №415 Крендель сахарный*                        |        | 100      | 370   |
| №385 Молоко кипяченое..                        |        | 200      | 106   |
| №  |        |          |       |
| Итого:   | 59,57  | 300      | 476   |
| Всего:   | 193,22 | 1 201    | 1 304 |

Для всего меню

|                                     |              |             |                         |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | ВИТА - 1 570,49         | витВ1 - 0,62 | витВ2 - 0,82 |
| 37,84                               | 50,46        | 193,09      |                         |              |              |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |              |              |
| Na - 1 297,71                       | K - 1 026,23 | Ca - 361,24 | Mg - 137                |              |              |
| P - 651,49                          | Fe - 6,6     | I - 119,12  | Se - 39,54              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Куликова Л.А.*

(Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Фролова Л.Г