

"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 26.03.2026

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|---|--------|---------|-------|
| <b>Обед</b>   |        |         |       |
| №338 Яблоко*  |        | 100     | 47    |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены |        | 250/5/1 | 127   |
| №233 Рыба запеченая под молочным соусом               |        | 100     | 158   |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч..                   |        | 180     | 176   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:  | 133,65 | 896     | 691   |
| <b>Полдник</b>  |        |         |       |
| №338 Груша*   |        | 100     | 79    |
| №АКТ Плюшка Московская.*                              |        | 60      | 191   |
| №388 Напиток из плодов шиповника                      |        | 200     | 88    |
| Итого:  | 59,57  | 360     | 358   |
| Всего:  | 193,22 | 1 256   | 1 048 |

Для всего меню

|                                     |              |             |               |                         |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|---------------|-------------------------|--------------|
| В граммах                           |              |             |               | Витамины в миллиграммах |              |
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | ВИТА - 346,51 | витВ1 - 0,51            | витВ2 - 0,68 |
| 30,38                               | 43,04        | 164,1       | ВИТС - 162,79 | витЕ - 0,35             | витD - 10,66 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |               |                         |              |
| Na - 2 169,21                       | K - 1 730,99 | Ca - 254,28 | Mg - 150,07   |                         |              |
| P - 495,95                          | Fe - 10,14   | I - 293,6   | Se - 28,27    |                         |              |

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

Калькулятор *Куликова* Фролова Л.Г.