

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Киселёва*



Воробьев П.В.

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

**МЕНЮ**

на 14.05.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
№35 Салат картофельный		100	116
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	177
№198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	123
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	896	775
<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	1 251	1 089

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 87,19	витВ1 - 0,93	витВ2 - 0,6
33,61	39,94	188,86	витС - 45,1	витРР - 0,03	витаЕ - 1,12
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 309,87	K - 2 002,32	Ca - 269,92	Mg - 195,85		
P - 580,39	Fe - 12,9	I - 123,97	Se - 25,04		

Зав. производством *Киселёва Е.Н.* (Киселёва Е.Н.)

Калькулятор *Бездушная* Бездушная