

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о.Самара(мобилизованные 5-11 класс) 2 СМЕНА

МЕНЮ

на 03.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	156
№259 Жаркое из птицы. **		250	317
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	871	815
Полдник			
№338 Апельсины*		100	40
№429 Булочка "Веснушка".*		50	228
№376 Чай с сахаром		200	106
Итого:	57,11	350	374
Всего:	185,25	1 221	1 189

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА -	ВИТВ1 -	ВИТВ2 -
42,28	43,95	147,43	244,43	0,53	0,54
			ВИТС - 93,94	ВИТЕ - 0,05	ВИТD - 0,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 433,66	K - 1 191,6	Ca - 219,96	Mg - 118,01		
P - 420,02	Fe - 6,97	I - 138,44	Se - 25,56		

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.