

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



МЕНЮ

на 08.10.2025

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|------------------------------------|--------|---------------|-------|
| Обед | | | |
| №Акт Салат Степной. | | 100 | 61 |
| №355 Солянка по домашнему** | | 10/10/250/5/1 | 111 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе " | | 100 | 196 |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/раст... | | 180 | 203 |
| №348 (АКТ) Компот из изюма* | | 200 | 122 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 128,14 | 916 | 840 |
| Полдник : | | | |
| №338 Апельсины* | | 100 | 40 |
| №424/Акт Булочка Витушка.-. | | 60 | 145 |
| №386 Снежок | | 200 | 158 |
| Итого: | 57,11 | 360 | 343 |
| Всего: | 185,25 | 1 276 | 1 184 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витА - 277,55 | витВ1 - 1,01 | витВ2 - 0,88 |
| 41,27 | 36,15 | 170,96 | витС - 71,96 | витЕ - 0,41 | витD - 2,24 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 104,7 | K - 1 271,93 | Ca - 480,31 | Mg - 190,51 | | |
| P - 768,38 | Fe - 10,72 | I - 195,13 | Se - 27,23 | | |

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.