

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ЖКДТ"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.В. Куликова

МЕНЮ

на 13.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	120
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	844
Полдник			
№ПР Вафли*		27	155
№415 Крендель сахарный*.		100	370
№385 Молоко кипяченое..		200	106
Итого:	57,11	327	631
Всего:	185,25	1 223	1 476

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
36,49	56,25	210,06	115,99	0,37	0,75
			32,44	0,03	1,11
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 668,93	K - 971,6	Ca - 357,24	Mg - 126,27		
P - 543,76	Fe - 6,36	I - 121,32	Se - 28,08		

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.