

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликова

МЕНЮ

на 04.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№355 Солянка по домашнему**	10/10/250/5/1		127
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	916	816
Полдник			
№338 Груша*		100	79
№АКТ Плюшка Московская.*		60	191
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
Итого:	57,11	360	358
Всего:	185,25	1 276	1 174

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А	витаВ1	витаВ2
35,25	39,85	190,66	- 1 289,67	- 0,47	- 0,66
			витаС - 145	витаЕ - 0,71	витаD - 0,53

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 679,84	K - 854,02	Ca - 206,9	Mg - 180,92
P - 479,23	Fe - 10,14	I - 153,09	Se - 26,16

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

Калькулятор *М.С. Еремеева* Еремеева М.С.