

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Т. Куликов

Воробьев П.В.

МБОУ СОШ № 103 г.о. Самара (дети мобилизованных родителей 5-11 класс) 2 смена

МЕНЮ

на 12.12.2025

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	184
№259 Жаркое из птицы. **		250	291
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	871	816

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	1 190

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 244,43	ВИТ В1 - 0,53	ВИТ В2 - 0,54
42,28	40,52	154,72	ВИТ С - 93,94	ВИТ Е - 0,05	ВИТ D - 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 *Фролова Л.Г.* Фролова Л.Г.