

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Куликова

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 го Самара (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)

МЕНЮ

на 18.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Икра кабачковая		100	134
№270 Котлеты "Московские"		100	139
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	675
<b>Обед</b>			
№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
Всего:	219,66	1 526	1 491

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
50,79	50,83	229,8	витА - 1 329,77	витВ1 - 0,65	витВ2 - 0,68
			витС - 26,53	витЕ - 0,36	витD - 8,91
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 436,26	K - 1 135,17	Ca - 232,79	Mg - 184,6		
P - 553,46	Fe - 9,65	I - 193,34	Se - 22,71		

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.