

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККД"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Г. Куликова

МЕНЮ

на 18.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<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
<b>Полдник</b>			
№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 - 1	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,66
35,25	39,85	190,66	вита - 1 289,67	витЕ - 0,71	витD - 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 \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.