



ПОВЕРЖДАЮ  
Директор  
ООО "ККДБ"



"СОГЛАСОВАНО"  
Директор школы № 103  
*С.В. Куликова*

Воробьев П.В.

МБОУ Школа №103 г.о Самара (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 19.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Вафли*		60	155
№259 Жаркое из птицы. **		250	291
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	550	671
<b>Обед</b>			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком*		100	90
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	144
№268/759 Шницель из мяса с соусом,		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	203
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	816
Всего:	219,66	1 446	1 487

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 456,66	витВ1 - 1,11	витВ2 - 0,86
53,58	51,08	201,26			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 296,24	K - 1 957,14	Ca - 275,82	Mg - 196,63		
P - 682,34	Fe - 13,01	I - 215,58	Se - 34,61		

Зав. производством *Куликова* (Куликова Л.А)  
Калькулятор *Фролова* Фролова Л.Г