

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103



С.Г. Куликова

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

МЕНЮ

на 19.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
№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
Полдник			
№338 Яблоко*,		100	47
№461 Пирожки печеные с капустой**		75	147
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
Итого:	57,11	375	327
Всего:	185,25	1 271	1 143

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА -	витВ1 -	витВ2 -
37,04	38,3	193,77	445,76	0,97	0,62
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 848,34	K - 1 441,92	Ca - 299,38	Mg - 163,09		
P - 532,57	Fe - 12,34	I - 181,05	Se - 31,87		

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г