

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КЭД"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

*С.Т. Колтушкин*

Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 27.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		250/1	172
№270 Котлеты "Московские"		100	114
№171 Каша перловая с овощами*		180	203
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	891	816
<b>Полдник</b>			
№415 Крендель сахарный*		100	370
№385 Молоко кипяченое..		200	106
Итого:	57,11	300	476
Всего:	185,25	1 191	1 292

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	витВ1 -	витВ2 -
40,48	46,34	187,16	1 771,54	0,74	0,88

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 042,85	K - 1 444,36	Ca - 388,21	Mg - 163,78
P - 693,58	Fe - 7,75	I - 211	Se - 42,04

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

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.