

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

С.Т. Косенко

МЕНЮ

на 30.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью*		15/250/1	138
№268/АКТ Биточки из мяса с соусом,		100	165
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	906	892
<b>Полдник</b>			
№338 Яблоко*,		100	47
№453/454 Ватрушка с повидлом*.		60	178
№386 Кефир.		200	100
Итого:	57,11	360	325
Всего:	185,25	1 266	1 216

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А	витаВ1	витаВ2
39,39	41,88	174,27	- 357,89	- 0,69	- 0,89

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 291,8	K - 823,67	Ca - 370,02	Mg - 108,51
P - 536,8	Fe - 8,79	I - 220,37	Se - 16,94

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

Калькулятор Еремеева М.С. Еремеева М.С.