

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

Директор МБОУ  
«Средняя общеобразовательная школа №10»  
города Канаш Чувашской Республики

## МЕНЮ по столовой школы №10 на 2 октября 2023 года



### Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Уплотненный завтрак</b>						
Салат из свежей капусты	60	2-63	0,79	1,95	3,88	36,24
Филе куриное тушеное в сметанном соусе	104(52/52)	49-62	12,25	10,52	3,04	156,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из свежих плодов(яблоки)	191	5-96	0,153	0,153	26,63	109,4
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>24,29</b>	<b>19,67</b>	<b>85,65</b>	<b>617,9</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свежих помидор с маслом	100	7-24	1,1	6,11	4,56	77,7
Суп картофельный с клецками	200	7-22	2,85	3,67	15,03	115,4
Запеканка картофельная с мясом	150	54-74	17,79	18,49	21,15	312,9
Чай с сахаром	187/14,03	1-87	0,065	0,0187	14,03	56,1
Булочка школьная	60	1-93	5	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>73-00</b>	<b>26,81</b>	<b>30,21</b>	<b>81,69</b>	<b>707,1</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>141-00</b>	<b>51,1</b>	<b>49,88</b>	<b>167,31</b>	<b>1325,0</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: \_\_\_\_\_  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: \_\_\_\_\_

*(Handwritten signature)*

Русскова М.Д.

Филиппова А.Г.

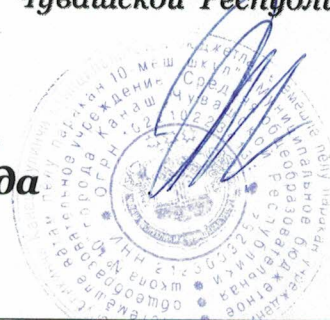
# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

Директор МБОУ  
«Средняя общеобразовательная школа №10»  
города Канаш Чувашской Республики

## МЕНЮ по столовой школы №10 на 2 октября 2023 года



### Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша рисовая молочная вязкая	225	15-09	6,67	4,04	48,17	256,5
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром	191/14,33	1-91	0,067	0,019	14,33	57,3
Булочка «Ванильная»	100	5-46	7,9	8,12	44,48	283,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>26-35</b>	<b>14,68</b>	<b>15,81</b>	<b>107,0</b>	<b>629,8</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свежей капусты	100	4-38	1,32	3,25	6,47	60,4
Суп картофельный с клецками	200	7-22	2,85	3,67	15,03	115,4
Котлеты рубленые из филе птицы с соусом сметанным	88(55/33)	29-24	8,84	9,97	10,45	167,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	10-59	10,32	7,31	46,37	292,6
Чай с сахаром	184/13,8	1-84	0,064	0,018	13,8	55,2
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>28,39</b>	<b>26,14</b>	<b>119,04</b>	<b>835,8</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: Русскова М.Д.  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: Филиппова А.Г.  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: \_\_\_\_\_

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

Директор МБОУ  
«Средняя общеобразовательная школа №10»  
города Канаш Чувашской Республики

## МЕНЮ по столовой школы №10 на 2 октября 2023 года



### Комплексы

с 12 лет и старше

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша рисовая молочная вязкая	250	16-77	7,41	4,49	53,5	285,0
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром	188/14,1	1-88	0,066	0,019	14,1	56,4
Булочка «Ванильная»	100	5-46	7,9	8,12	44,48	283,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>28-00</b>	<b>15,42</b>	<b>16,26</b>	<b>112,1</b>	<b>657,4</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свежей капусты	100	4-38	1,32	3,25	6,47	60,4
Суп картофельный с клецками	250	9-02	3,56	4,59	18,79	144,25
Котлеты рубленые из филе птицы с соусом сметанным	120(75/45)	39-88	12,06	13,6	14,25	228
Каша гречневая рассыпчатая	200	11-77	11,47	8,12	51,52	325,1
Компот из свежих яблок	192,8	6-02	0,154	0,154	26,87	110,5
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>73-00</b>	<b>33,56</b>	<b>31,63</b>	<b>144,82</b>	<b>1013,3</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: \_\_\_\_\_ Русскова М.Д.  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: \_\_\_\_\_ Филиппова А.Г.  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: \_\_\_\_\_

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

Директор МБОУ  
«Средняя общеобразовательная школа №10»  
города Канаш Чувашской Республики



## МЕНЮ по столовой школы №10 на 2 октября 2023 года

### Комплексы

**с 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша рисовая молочная вязкая	227	15-23	6,73	4,08	48,6	258,78
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром	195/14,63	1-95	0,068	0,0195	14,63	58,5
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>23-00</b>	<b>11,84</b>	<b>9,65</b>	<b>90,22</b>	<b>495,28</b>
<b>Уплотненный завтрак</b>						
Салат из свежей капусты	60	2-63	0,79	1,95	3,88	36,24
Филе куриное тушеное в сметанном соусе	104(52/52)	49-62	12,25	10,52	3,04	156,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из свежих плодов(яблоки)	191	5-96	0,153	0,153	26,63	109,4
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>24,29</b>	<b>19,67</b>	<b>85,65</b>	<b>617,9</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свежей капусты	62	2-71	0,82	2,02	4,01	37,45
Суп картофельный с клецками	200	7-22	2,85	3,67	15,03	115,4
Филе куриное тушеное в сметанном соусе	95 (47,5/47,5)	45-32	11,19	9,62	2,79	142,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Чай с сахаром	199/14,93	1-99	0,07	0,02	14,93	59,7
Булочка школьная	60	1-93	5	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>28,53</b>	<b>23,34</b>	<b>102,32</b>	<b>743,9</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

Русскова М.Д.

Филиппова А.Г.