

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

## МЕНЮ по столовой школы № 10 на 26 сентября 2023 года



### Комплексы

с 7-11 лет

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша геркулесовая молочная вязкая	215	10-77	8,85	6,3	40,32	254,9
Масло порцией	8	6-22	0,068	6,16	0,11	56,1
Чай с сахаром	191/14,33	1-91	0,067	0,019	14,33	57,3
Булочка «Ванильная»	75	4-10	5,93	6,09	33,36	212,25
<b>ИТОГО:</b>		<b>23-00</b>	<b>14,92</b>	<b>18,57</b>	<b>88,12</b>	<b>580,6</b>
<b>Уплотненный завтрак</b>						
Салат из свежей капусты	65	2-85	0,86	2,11	4,2	39,3
Филе куриное отварное со сметанным соусом	110(55/55)	47-84	13,66	17,38	3,5	225,3
Картофельное пюре	150	10-29	3,06	4,8	20,44	137,3
Компот из свежих плодов(яблоки)	194	6-06	0,155	0,155	27,04	111,2
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>20,24</b>	<b>25,41</b>	<b>68,64</b>	<b>585,6</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свежей капусты	65	2-85	0,86	2,11	4,2	39,3
Суп картофельный с горохом	200	3-32	4,39	4,22	13,23	118,6
Филе куриное отварное со сметанным соусом	100(50/50)	43-49	12,42	15,8	3,18	204,86
Картофельное пюре	150	10-29	3,06	4,8	20,44	137,3
Компот из свежих яблок	196	6-12	0,157	0,157	27,32	112,3
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>25,89</b>	<b>29,01</b>	<b>95,29</b>	<b>757,4</b>

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