

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

МЕНЮ по столовой школы №10 на 28 сентября 2023 года

с 7-11 лет

Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	220	10-44	6,63	3,81	35,47	203,5
Сыр порцией	8	6-57	1,86	2,36	0,0	28,8
Чай с сахаром	189/14,18	1-89	0,066	0,0189	14,18	56,7
Булочка «Ванильная»	75	4-10	5,93	6,09	33,36	212,25
ИТОГО:		23-00	14,49	12,3	83,01	501,25
Уплотненный завтрак						
Салат из свежей капусты	73	3-20	0,96	2,37	4,72	44,1
Рагу из филе птицы	210(60/150)	57-50	15,37	12,79	18,24	249,6
Напиток лимонный	182	5-37	0,09	0,0	22,0	84,6
Булочка школьная	60	1-93	5	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	21,42	17,08	71,88	523,3
Обед						
Икра свекольная	80	6-88	1,9	8,16	18,3	148,2
Суп картофельный с макаронами	200	4-23	2,15	2,27	13,96	94,6
Рагу из филе птицы	182 (52/130)	49-84	13,32	11,08	15,81	216,3
Компот из смеси сухофруктов	194,5	5-12	0,64	0,088	31,13	129,1
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	23,01	23,52	106,1	733,2

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 28 сентября 2023 года



Комплексы

с 12 лет и старше

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Калорийность, ккал
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	250	11-87	7,54	4,33	40,31	231,25
Сыр порцией	10,5	8-66	2,44	3,1	0,0	37,8
Чай с сахаром	201/15,1	2-01	0,07	0,02	15,1	60,3
Булочка «Ванильная»	100	5-46	7,9	8,12	44,48	283,0
ИТОГО:		28-00	17,95	15,57	99,89	612,4
Обед						
Икра свекольная	95	8-17	2,25	9,69	21,73	176,04
Суп картофельный с макаронами	250	5-29	2,69	2,84	17,45	118,3
Рагу из филе птицы	192,5(55/137,5)	52-71	14,09	11,72	16,72	228,8
Компот из смеси сухофруктов	186	4-90	0,61	0,084	29,77	123,50
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	24,64	26,25	112,59	791,6

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 28 сентября 2023 года

Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Уплотненный завтрак						
Салат из свежей капусты	73	3-20	0,96	2,37	4,72	44,1
Рагу из филе птицы	210(60/150)	57-50	15,37	12,79	18,24	249,6
Напиток лимонный	182	5-37	0,09	0,0	22,0	84,6
Булочка школьная	60	1-93	5	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	21,42	17,08	71,88	523,3
Обед						
Икра свекольная	65	5-59	1,54	6,63	14,87	120,45
Суп картофельный с макаронами	200	4-23	2,15	2,27	13,96	94,6
Гуляш из говядины	100(50/50)	47-56	14,56	16,79	2,89	221,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из смеси сухофруктов	184,6	4-86	0,61	0,083	29,55	122,57
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	32,46	33,78	126,83	947,42
ВСЕГО:		141-00	53,88	50,86	198,71	1470,7

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

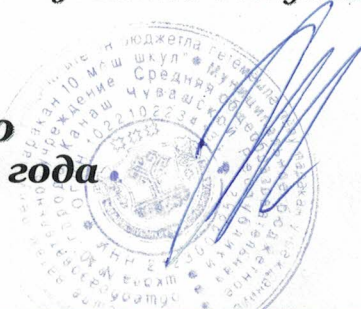
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

МЕНЮ по столовой школы №10 на 28 сентября 2023 года



Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий- ность, ккал
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	250	11-87	7,54	4,33	40,31	231,25
Сыр порцией	8,6	7-07	2,0	2,54	0,0	30,96
Чай с сахаром	195/14,63	1-95	0,068	0,0195	14,63	58,5
Булочка «Ванильная»	100	5-46	7,9	8,12	44,48	283,0
ИТОГО:		26-35	17,51	15,01	99,42	603,71
Обед						
Икра свекольная	81	6-97	1,92	8,26	18,53	150,1
Суп картофельный с макаронами	250	5-29	2,69	2,84	17,45	118,3
Фрикадельки паровые из филе птицы с соусом сметанным	100(50/50)	26-70	7,82	8,8	6,92	138,05
Картофельное пюре	180	12-35	3,67	5,76	24,53	164,76
Чай с сахаром	196/14,7	1-96	0,069	0,0196	14,7	58,8
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		55-20	21,17	27,6	109,05	775,0

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