

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы № 10 на 3 октября 2023 года

с 7-11 лет

Комплексы

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Калорийность, ккал
Завтрак						
Каша пшеничная молочная вязкая	230	11-87	9,84	4,38	50,83	282,9
Чай с сахаром и лимоном	194,3/14,57/6,8	3-68	0,126	0,019	14,77	60,2
Ватрушка с конфитюром	60	6-49	3,57	2,38	35,3	177,6
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		23-00	16,04	7,74	114,36	593,2
Уплотненный завтрак						
Салат из вареной свеклы с сыром	76	12-27	3,55	5,98	5,46	100,2
Фрикадельки из говядины в соусе	105(55/50)	27-87	8,79	11,54	11,08	186
Картофельное пюре	175	12-00	3,57	5,6	23,85	160,2
Компот из вишни замороженной	198,2	14-90	0,317	0,079	27,95	115,6
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	18,73	24,16	81,8	634,5
Обед						
Салат из вареной свеклы с сыром	60	9-69	2,8	4,72	4,31	79,14
Суп картофельный с горохом	200	3-32	4,39	4,22	13,23	118,6
Фрикадельки из говядины в соусе	105(55/50)	27-87	8,79	11,54	11,08	186
Картофельное пюре	150	10-29	3,06	4,8	20,44	137,3
Компот из вишни замороженной	198,2	14-90	0,317	0,079	27,95	115,6
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	24,36	27,28	103,93	781,6

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 3 октября 2023 года



Комплексы

с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Каша пшеничная молочная вязкая	252	13-01	10,79	4,8	55,69	310,0
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром и лимоном	193/14,48/6,76	3-65	0,125	0,0193	14,67	59,8
Ватрушка с конфитуром	60	6-49	3,57	2,38	35,3	177,6
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		28-00	17,03	11,79	119,2	652,9
Обед						
Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	110	10-73	1,82	4,53	8,03	80,2
Суп картофельный с горохом	250	4-15	5,49	5,28	16,54	148,25
Фрикадельки из говядины в соусе	105(55/50)	27-87	8,79	11,54	11,08	186
Картофельное пюре	200	13-72	4,08	6,4	27,25	183,1
Компот из вишни замороженной	194,2	14-60	0,31	0,077	27,39	113,27
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	25,49	29,75	117,21	855,8

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 3 октября 2023 года



Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Каша пшеничная молочная вязкая	252	13-01	10,79	4,8	55,69	310,0
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром	200/15	2-00	0,07	0,02	15	60,0
Ватрушка с конфитуром	60	6-49	3,57	2,38	35,3	177,6
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		26-35	16,97	11,79	119,52	653,1
Обед						
Салат из вареной свеклы	100	4-00	1,4	6	8,26	92,8
Суп картофельный с горохом	250	4-15	5,49	5,28	16,54	148,25
Фрикадельки из говядины в соусе	105(55/50)	27-87	8,79	11,54	11,08	186
Картофельное пюре	200	13-72	4,08	6,4	27,25	183,1
Чай с сахаром и лимоном	186,4/13,98/6,52	3-53	0,12	0,0186	14,17	57,8
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		55-20	24,76	31,16	104,22	813,0

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 3 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Калорийность, ккал
Уплотненный завтрак						
Салат из вареной свеклы с сыром	76	12-27	3,55	5,98	5,46	100,2
Фрикадельки из говядины в соусе	105(55/50)	27-87	8,79	11,54	11,08	186
Картофельное пюре	175	12-00	3,57	5,6	23,85	160,2
Компот из вишни замороженной	198,2	14-90	0,317	0,079	27,95	115,6
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	18,73	24,16	81,8	634,5
Обед						
Салат из свежей капусты с яблоками	70	4-62	0,082	3,57	7,82	63,12
Суп картофельный с горохом	200	3-32	4,39	4,22	13,23	118,6
Плов из филе птицы	180	61-12	16,21	8,05	32,76	268,8
Чай с сахаром	201/15,1	2-01	0,07	0,02	15,1	60,3
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	25,75	17,78	95,83	655,82
ВСЕГО:		141-00	44,48	41,94	177,63	1290,3

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