

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

МЕНЮ по столовой школы №10 на 10 октября 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 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
ИТОГО:		23-00	14,92	18,57	88,12	580,6
Уплотненный завтрак						
Салат из свежей капусты	60	2-63	0,79	1,95	3,88	36,24
Филе куриное отварное со сметанным соусом	104(52/52)	47-60	12,91	16,43	3,31	213,0
Картофельное пюре	150	10-29	3,06	4,8	20,44	137,3
Компот из свежих плодов(яблоки)	198,7	6-52	0,159	0,159	27,7	113,9
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	19,42	24,3	68,79	572,9
Обед						
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	104(52/52)	47-60	12,91	16,43	3,31	213,0
Картофельное пюре	150	10-29	3,06	4,8	20,44	137,3
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:		68-00	26,29	29,5	83,2	713,5

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 10 октября 2023 года

с 12 лет и старше

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная вязкая	255	12-77	10,5	7,48	47,82	302,3
Масло порцией	10	7-77	0,08	7,25	0,13	66,0
Чай с сахаром	200/15	2-00	0,07	0,02	15	60,0
Булочка «Ванильная»	100	5-46	7,9	8,12	44,48	283,0
ИТОГО:		28-00	18,55	22,87	107,4	711,3
Обед						
Салат из свежей капусты	115	5-04	1,52	3,74	7,44	69,46
Суп картофельный с горохом	250	4-15	5,49	5,28	16,54	148,25
Филе куриное отварное со сметанным соусом	104(52/52)	47-60	12,91	16,43	3,31	213,0
Картофельное пюре	180	12-35	3,67	5,76	24,53	164,76
Чай с сахаром	193/14,48	1-93	0,068	0,019	14,48	57,9
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	28,66	33,15	93,22	798,4

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 10 октября 2023 года



Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий- ность, ккал
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная вязкая	250	12-52	10,29	7,33	46,88	296,4
Масло порцией	8,2	6-37	0,066	5,95	0,11	54,1
Чай с сахаром	200/15	2-00	0,07	0,02	15	60,0
Булочка «Ванильная»	100	5-46	7,9	8,12	44,48	283,0
ИТОГО:		26-35	18,33	21,42	106,5	693,5
Обед						
Салат из свежей капусты	100	4-38	1,32	3,25	6,47	60,4
Суп картофельный с горохом	250	4-15	5,49	5,28	16,54	148,25
Котлеты из говядины с соусом сметанным с томатом	110(55/55)	28-91	9,64	11,15	11,07	184,9
Картофельное пюре	180	12-35	3,67	5,76	24,53	164,76
Чай с сахаром и лимоном	184/13, 8/6,44	3-48	0,12	0,018	13,98	57,04
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		55-20	25,24	27,38	99,51	760,4

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 10 октября 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	60	2-63	0,79	1,95	3,88	36,24
Филе куриное отварное со сметанным соусом	104(52/52)	47-60	12,91	16,43	3,31	213,0
Картофельное пюре	150	10-29	3,06	4,8	20,44	137,3
Компот из свежих плодов(яблоки)	198,7	6-52	0,159	0,159	27,7	113,9
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	19,42	24,3	68,79	572,9
Обед						
Салат из свежих помидор с маслом	95	8-57	1,05	5,8	4,33	73,82
Суп картофельный с горохом	200	3-32	4,39	4,22	13,23	118,6
Гуляш из говядины	100(50/50)	47-56	14,56	16,79	2,89	221,0
Макаронные отварные	150	9-83	5,52	4,52	26,45	168,5
Чай с сахаром	179/13,43	1-79	0,063	0,0179	13,43	53,7
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	30,58	33,27	87,25	780,6
ВСЕГО:		141-00	50,0	57,57	156,04	1353,5

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