

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

МЕНЮ по столовой школы № 10 на 11 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						
Макароны отварные с овощами	225	12-35	7,77	8,98	42,78	282,6
Омлет натуральный	40	7-72	5,05	5,63	0,9	74,54
Чай с сахаром	197/14,78	1-97	0,069	0,0197	14,78	59,1
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		23-00	15,39	15,59	71,92	488,7
Уплотненный завтрак						
Салат из моркови с изюмом	70	7-85	0,88	0,09	15,6	66,7
Биточки паровые из говядины с соусом молочным	104 (65/39)	34-18	9,37	10,27	8,93	152,1
Каша рисовая молочная вязкая	150	10-06	4,44	2,69	32,12	171,0
Компот из плодов замороженных(вишня)	198,9	14-95	0,318	0,08	28,04	116,0
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	17,51	14,09	98,15	578,3
Обед						
Салат из моркови с сахаром	60	2-81	0,74	0,06	6,89	49,0
Суп овощной	200	4-41	1,27	3,99	7,32	76,2
Биточки паровые из говядины с соусом молочным	104 (65/39)	34-18	9,37	10,27	8,93	152,1
Каша рисовая молочная вязкая	165	11-07	4,88	2,96	35,33	188,1
Компот из плодов замороженных(вишня)	181	13-60	0,29	0,072	25,52	105,5
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	21,55	19,27	110,91	715,9

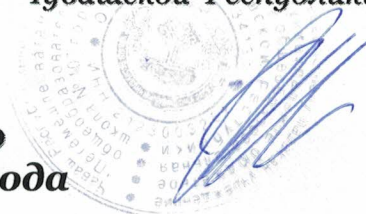
ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: Русскова М.Д.
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: Филиппова А.Г.
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: _____

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы №10 на 11 октября 2023 года

Комплексы

с 12 лет и старше

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак						
Макароны отварные с овощами	225	12-35	7,77	8,98	42,78	282,6
Омлет натуральный	49	9-46	4,95	5,52	0,88	73,0
Чай с сахаром	186/13,95	1-86	0,065	0,0186	13,95	55,8
Булочка «Домашняя»	75	4-33	5,46	9,39	32,94	238,5
ИТОГО:		28-00	18,25	23,91	90,55	649,9
Обед						
Салат из моркови с сахаром	100	4-68	1,24	0,1	11,48	81,67
Суп овощной	250	5-51	1,59	4,99	9,15	95,3
Биточки паровые из говядины с соусом молочным	104(65/39)	34-18	9,37	10,27	8,93	152,1
Каша рисовая молочная вязкая	180	12-07	5,33	3,23	38,54	205,2
Компот из плодов замороженных(вишня)	194,6	14-63	0,31	0,078	27,44	113,5
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	22,84	20,59	122,5	792,8

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 11 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Макароны отварные с овощами	225	12-35	7,77	8,98	42,78	282,6
Омлет натуральный	40	7-72	5,05	5,63	0,9	74,54
Чай с сахаром	195/14,63	1-95	0,068	0,0195	14,63	58,5
Булочка «Домашняя»	75	4-33	5,46	9,39	32,94	238,5
ИТОГО:		26-35	18,35	24,02	91,25	654,1
Обед						
Салат из моркови с сахаром	100	4-68	1,24	0,1	11,48	81,67
Суп овощной	250	5-51	1,59	4,99	9,15	95,3
Биточки паровые из говядины с соусом молочным	96(60/36)	31-55	8,65	9,48	8,24	140,4
Каша рисовая вязкая	186	9-55	3,17	5,17	32,95	191,1
Чай с сахаром	198/14,85	1-98	0,069	0,0198	14,85	59,4
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		55-20	19,72	21,68	103,59	712,9

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: Русскова М.Д.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: Филиппова А.Г.

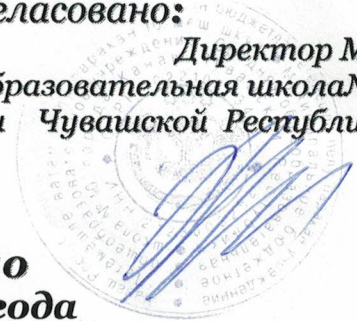
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: _____

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы № 10 на 11 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Уплотненный завтрак						
Салат из моркови с изюмом	70	7-85	0,88	0,09	15,6	66,7
Биточки паровые из говядины с соусом молочным	104 (65/39)	34-18	9,37	10,27	8,93	152,1
Каша рисовая молочная вязкая	150	10-06	4,44	2,69	32,12	171,0
Компот из плодов замороженных(вишня)	198,9	14-95	0,318	0,08	28,04	116,0
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	17,51	14,09	98,15	578,3
Обед						
Салат из вареной свеклы	60	2-40	0,84	3,6	4,96	55,7
Суп овощной	200	4-41	1,27	3,99	7,32	76,2
Филе куриное тушеное с овощами	165(55/110)	58-74	14,67	11,4	14,19	217,8
Напиток лимонный	187	5-52	0,094	0,0	22,63	87,0
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	21,87	20,91	76,02	581,7
ВСЕГО:		141-00	39,38	35,0	174,17	1160,0

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: _____ Русскова М.Д.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: _____ Филиппова А.Г.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: _____