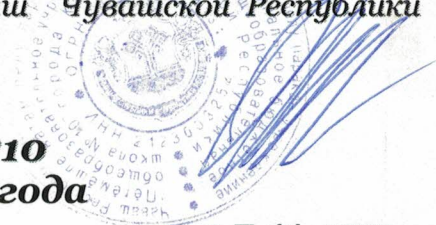


КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы №10 на 4 октября 2023 года

Комплексы

с 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная вязкая	210	10-52	8,64	6,16	39,38	249,0
Масло порцией	8	6-22	0,064	5,8	0,1	52,8
Чай с сахаром	193/14,48	1-93	0,068	0,019	14,48	57,9
Булочка «Домашняя»	75	4-33	5,46	9,39	32,94	238,5
ИТОГО:		23-00	14,23	21,37	86,9	598,2
Уплотненный завтрак						
Салат из моркови с яблоками и курагой	86	7-30	1,29	4,36	11,21	89,18
Биточки по белорусски из говядины с соусом сметанным с томатом	100(75/25)	48-55	13,54	14,95	3,11	201,23
Каша пшеничная вязкая	165	5-96	4,4	4,67	37,01	167,6
Компот из смеси сухофруктов	198,6	5-23	0,655	0,089	31,79	131,87
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	22,39	25,03	96,58	662,4
Обед						
Салат из моркови с сахаром	60	2-81	0,74	0,06	6,89	49,0
Борщ из свежей капу- сты с картофелем	200	4-72	1,44	3,94	8,75	83,0
Биточки по белорусски из говядины с соусом сметанным с томатом	100(75/25)	48-55	13,54	14,95	3,11	201,23
Каша пшеничная вязкая	150	5-42	4	4,24	24,56	152,4
Компот из смеси сухофруктов	173,6	4-57	0,57	0,078	27,79	115,3
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	25,29	25,19	98,02	745,9

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 4 октября 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 геркулесовая молочная вязкая	250	12-52	10,29	7,33	46,88	296,4
Масло порцией	10	7-77	0,08	7,25	0,13	66
Чай с сахаром	194/14,55	1-94	0,068	0,019	14,55	58,2
Булочка «Домашняя»	100	5-77	7,28	12,52	43,92	318,0
ИТОГО:		28-00	17,72	27,12	105,48	738,6
Обед						
Салат из моркови с яблоками и курагой	120	10-18	1,8	6,08	15,64	124,4
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	5-90	1,8	4,93	10,94	103,75
Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным	120(90/30)	42-82	14,71	15,25	13,89	254,43
Каша пшеничная вязкая	200	7-23	5,33	5,66	32,74	203,2
Компот из смеси сухофруктов	187,6	4-94	0,62	0,08	30,03	124,6
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	29,26	33,92	130,16	955,4

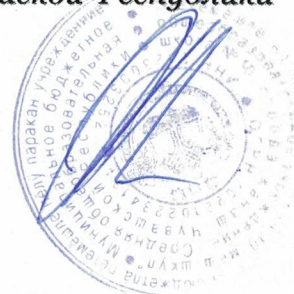
ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: _____ Русскова М.Д.
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: _____ Филиппова А.Г.
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: _____

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы №10 на 4 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная вязкая	245	12-27	10,08	7,18	45,94	290,5
Масло порцией	10	7-77	0,08	7,25	0,13	66
Чай с сахаром	198/14,85	1-98	0,069	0,0198	14,85	59,4
Булочка «Домашняя»	75	4-33	5,46	9,39	32,94	238,5
ИТОГО:		26-35	15,69	23,84	93,86	654,4
Обед						
Салат из моркови с сахаром	75	3-51	0,93	0,075	8,61	61,3
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	5-90	1,8	4,93	10,94	103,75
Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным	104(65/39)	32-22	10,47	11,95	11,18	196,3
Каша пшеничная вязкая	180	6-50	4,8	5,09	29,47	182,88
Компот из смеси сухофруктов	195,2	5-14	0,64	0,088	31,24	129,6
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		55-20	23,64	24,05	118,36	818,8

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

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

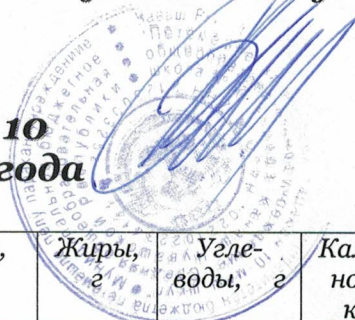


Согласовано:

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

МЕНЮ

по столовой школы № 10
на 4 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 яблоками и курагой	86	7-30	1,29	4,36	11,21	89,18
Биточки по белорусски из говядины с соусом сметанным с томатом	100(75/25)	48-55	13,54	14,95	3,11	201,23
Каша пшеничная вязкая	165	5-96	4,4	4,67	37,01	167,6
Компот из смеси сухофруктов	198,6	5-23	0,655	0,089	31,79	131,87
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	22,39	25,03	96,58	662,4
Обед						
Яблоки свежие порцией	63	5-73	0,25	0,25	6,17	29,6
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	4-72	1,44	3,94	8,75	83,0
Филе куриное тушеное с овощами	165(55/110)	58-74	14,67	11,4	14,19	217,8
Чай с сахаром	188/14,1	1-88	0,066	0,019	14,1	56,4
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	21,43	17,53	70,13	531,8
ИТОГО:		141-00	43,82	42,56	166,71	1194,2

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