

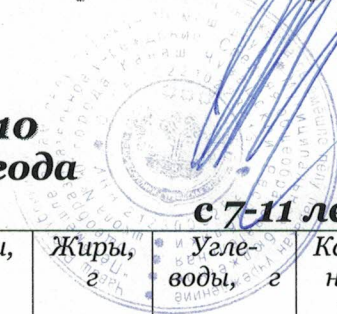
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

МЕНЮ по столовой школы №10 на 5 октября 2023 года



Комплексы

с 7-11 лет

Наименование блюд	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	35,48	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	12,28	83,02	501,3
Уплотненный завтрак						
Салат из свежей капусты	75	3-28	0,99	2,44	4,85	45,3
Жаркое по домашнему из говядины	213,5 (61/152,5)	61-83	19,76	22,08	20,22	359,9
Чай с сахаром	193/14,48	1-93	0,068	0,0193	14,48	57,9
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	23,32	25,5	53,01	535,6
Обед						
Икра свекольная	80	6-88	1,89	8,16	18,29	148,24
Рассольник ленинградский	200	6-48	1,61	4,07	9,58	85,8
Котлеты рубленные из говядины, запеченные с молочным соусом	100(70/30)	36-60	3,35	8,67	9,42	130,0
Картофельное пюре	150	10-29	3,06	4,8	20,44	137,3
Напиток лимонный	197,2	5-82	0,099	0,0	23,86	91,7
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	15,01	27,62	108,51	738,0

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

Русскова М.Д.

Филиппова А.Г.

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

МЕНЮ по столовой школы №10 на 5 октября 2023 года

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	260	12-34	7,84	4,5	41,92	240,5
Сыр порцией	10	8-19	2,32	2,95	0,0	36,0
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	18,13	15,59	101,5	619,8
Обед						
Икра свекольная	100	8-60	2,37	10,2	22,87	185,3
Рассольник ленинградский	250	8-09	2,01	5,09	11,98	107,3
Котлеты рубленые из говядины, запеченные с молочным соусом	100(70/30)	36-60	3,35	8,67	9,42	130,0
Картофельное пюре	180	12-35	3,67	5,76	24,53	164,76
Напиток лимонный	184	5-43	0,092	0,0	22,26	85,6
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	16,49	31,64	117,98	818,0

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

Русскова М.Д.

Филиппова А.Г.

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы №10 на 5 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Калорийность, ккал
Уплотненный завтрак						
Салат из свежей капусты	75	3-28	0,99	2,44	4,85	45,3
Жаркое по домашнему из говядины	213,5 (61/152,5)	61-83	19,76	22,08	20,22	359,9
Чай с сахаром	193/14,48	1-93	0,068	0,0193	14,48	57,9
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	23,32	25,5	53,01	535,6
Обед						
Яблоки свежие порцией	135	12-29	0,54	0,54	13,23	63,45
Рассольник ленинградский	200	6-48	1,61	4,07	9,58	85,8
Котлеты рубленные из говядины, запеченные с молочным соусом	100(70/30)	36-60	3,35	8,67	9,42	130,0
Макароны отварные	150	9-83	5,52	4,52	26,45	168,5
Напиток лимонный	199	5-87	0,1	0,0	24,08	92,5
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	16,12	19,72	109,68	685,3
ВСЕГО:		141-00	39,44	45,22	162,69	1220,9

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

