

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



## МЕНЮ по столовой школы №10 на 9 октября 2023 года

### Комплексы

с 7-11 лет

Наименование блюдо	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с макаронами	232	12-85	5,08	4,41	16,66	140,6
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
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
<b>ИТОГО:</b>		<b>23-00</b>	<b>10,65</b>	<b>17,45</b>	<b>64,15</b>	<b>470,0</b>
<b>Уплотненный завтрак</b>						
Салат из вареной свеклы с сыром	70	11-30	3,27	5,51	5,03	92,33
Тефтели из говядины	128,3(70/58,3)	32-38	9,14	10,2	11,96	176,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из плодов замороженных(вишня)	193,3	14-53	0,31	0,077	27,26	112,7
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>23,82</b>	<b>22,84</b>	<b>96,35</b>	<b>697,5</b>
<b>Обед</b>						
Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	65	6-46	1,07	2,68	4,75	47,39
Щи из свежей капусты с картофелем	200	3-81	1,41	3,96	6,32	71,8
Тефтели из говядины	128,3(70/58,3)	32-38	9,14	10,2	11,96	176,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из плодов замороженных(вишня)	194,1	14-59	0,31	0,078	27,37	113,2
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>25,53</b>	<b>24,93</b>	<b>115,96</b>	<b>797,4</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: \_\_\_\_\_  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: \_\_\_\_\_

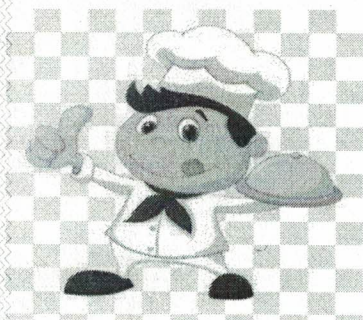
*Русскова М.Д.*

Русскова М.Д.

*Филиппова А.Г.*

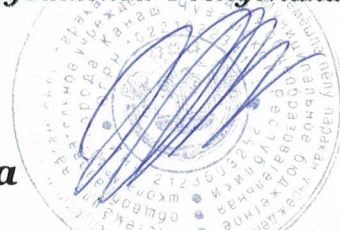


# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



## МЕНЮ по столовой школы № 10 на 9 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
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с макаронами	295	16-34	6,57	5,71	21,55	180,0
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
Булочка «Домашняя»	100	5-77	7,28	12,52	43,92	318,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>28-00</b>	<b>13,96</b>	<b>21,88</b>	<b>80,54</b>	<b>591,0</b>
<b>Обед</b>						
Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	100	9-94	1,65	4,12	7,3	72,9
Щи из свежей капусты с картофелем	250	4-76	1,76	4,95	7,9	89,75
Тефтели из говядины	128,3(70/58,3)	32-38	9,14	10,2	11,96	176,2
Каша гречневая рассыпчатая	175	10-30	10,03	7,11	45,08	284,4
Компот из вишни замороженной	182,1	13-69	0,29	0,073	25,68	106,2
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>73-00</b>	<b>27,87</b>	<b>28,37</b>	<b>124,84</b>	<b>874,5</b>

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 9 октября 2023 года

### Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с макаронами	266	14-73	6,57	5,71	21,55	180,0
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром	196/14,7	1-96	0,069	0,0196	14,7	58,8
Булочка «Домашняя»	100	5-77	7,28	12,52	43,92	318,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>26-35</b>	<b>13,96</b>	<b>21,88</b>	<b>80,24</b>	<b>589,8</b>
<b>Обед</b>						
Салат из вареной свеклы	90	3-60	1,4	6	8,26	92,8
Щи из свежей капусты с картофелем	250	4-76	1,76	4,95	7,9	89,75
Тефтели из говядины	128,3(70/58,3)	32-38	9,14	10,2	11,96	176,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	10-59	10,32	7,31	46,37	292,56
Чай с сахаром	194/14,55	1-94	0,068	0,019	14,55	58,2
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>27,69</b>	<b>30,4</b>	<b>115,96</b>	<b>854,5</b>

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 9 октября 2023 года



### Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Уплотненный завтрак</b>						
Салат из вареной свеклы с сыром	70	11-30	3,27	5,51	5,03	92,33
Тефтели из говядины	128,3(70/58,3)	32-38	9,14	10,2	11,96	176,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из плодов замороженных(вишня)	193,3	14-53	0,31	0,077	27,26	112,7
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>23,82</b>	<b>22,84</b>	<b>96,35</b>	<b>697,5</b>
<b>Обед</b>						
Яблоки свежие порцией	87	7-92	0,348	0,348	8,53	40,9
Щи из свежей капусты с картофелем	200	3-81	1,41	3,96	6,32	71,8
Бефстроганов из говядины	90(45/45)	47-11	13,68	20,79	4,61	261,0
Картофельное пюре	150	10-29	3,06	4,8	20,44	137,3
Чай с сахаром	194/14,55	1-94	0,068	0,019	14,55	58,2
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>73-00</b>	<b>23,57</b>	<b>31,84</b>	<b>81,37</b>	<b>714,2</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>141-00</b>	<b>47,39</b>	<b>54,68</b>	<b>177,72</b>	<b>1411,7</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

*Русскова М.Д.*  
*Филиппова А.Г.*

Русскова М.Д.

Филиппова А.Г.