

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы № 10 на 13 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 гречневая молочная жидкая	233	16-77	10,5	6,69	40,83	266,79
Чай с сахаром	190/14,25	1-90	0,0665	0,019	14,25	57,0
Булочка «Домашняя»	75	4-33	5,46	9,39	32,94	238,5
ИТОГО:		23-00	16,03	16,1	88,02	562,3
Уплотненный завтрак						
Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	60	5-96	0,99	2,47	4,38	43,74
Шницель натуральный рубленный из говядины с соусом сметанным	90 (65/25)	44-10	12,3	22,92	7,12	285,5
Каша пшеничная вязкая	150	5-42	4	4,24	24,56	152,4
Компот из сухофруктов (курага)	182,7	11-56	0,71	0,042	25,2	104,9
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	20,5	30,63	74,72	659,0
Обед						
Салат из свежей капусты с яблоками	70	4-80	0,082	3,57	7,82	63,12
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	4-72	1,44	3,94	8,75	83,0
Шницель натуральный рубленный из говядины с соусом сметанным	90 (65/25)	44-10	12,3	22,92	7,12	285,5
Каша пшеничная вязкая	150	5-42	4	4,24	24,56	152,4
Компот из сухофруктов(изюм)	199,6	7-03	0,349	0,076	29,79	122,0
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	23,17	36,67	105,0	851,0

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 13 октября 2023 года

с 12 лет и старше

Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Каша гречневая молочная жидкая	282	20-30	12,7	8,1	49,4	322,9
Чай с сахаром	193/14,48	1-93	0,068	0,019	14,48	57,9
Булочка «Домашняя»	100	5-77	7,28	12,52	43,92	318,0
ИТОГО:		28-00	20,05	20,64	107,8	698,8
Обед						
Салат из свежей капусты с яблоками	120	8-23	0,144	6,12	13,4	108,24
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	5-90	1,8	4,93	10,94	103,75
Котлеты из говядины с соусом сметанным с томатом	120(75/45)	37-18	12,08	13,79	12,9	226,5
Каша пшеничная вязкая	200	7-23	5,33	5,66	32,74	203,2
Компот из сухофруктов(курага)	198	12-53	0,77	0,046	27,35	113,65
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	25,12	32,47	124,25	900,34

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 13 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Каша гречневая молочная жидкая	260	18-72	11,72	7,47	45,56	297,7
Чай с сахаром	186/13,95	1-86	0,065	0,0186	13,95	55,8
Булочка «Домашняя»	100	5-77	7,28	12,52	43,92	318,0
ИТОГО:		26-35	19,07	20,01	103,43	671,5
Обед						
Салат из свежей капусты с яблоками	85	5-83	0,1	4,34	9,5	76,65
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	5-90	1,8	4,93	10,94	103,75
Котлеты из говядины с соусом сметанным с томатом	100(60/40)	30-04	9,73	11,23	10,6	184,4
Каша пшеничная вязкая	180	6-50	4,8	5,09	29,47	182,9
Компот из смеси сухофруктов	190	5-00	0,63	0,086	30,41	126,2
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		55-20	22,06	27,6	117,84	818,9

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 13 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий- ность, ккал
Уплотненный завтрак						
Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	60	5-96	0,99	2,47	4,38	43,74
Шницель натуральный рубленый из говядины с соусом сметанным	90 (65/25)	44-10	12,3	22,92	7,12	285,5
Каша пшеничная вязкая	150	5-42	4	4,24	24,56	152,4
Компот из сухофруктов (курага)	182,7	11-56	0,71	0,042	25,2	104,9
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	20,5	30,63	74,72	659,0
Обед						
Салат из свежих помидор с маслом	107	9-65	1,18	6,54	4,88	83,1
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	4-72	1,44	3,94	8,75	83,0
Запеканка картофельная с мясом	150	54-74	17,79	18,49	21,15	312,9
Чай с сахаром	196/14,7	1-96	0,069	0,0196	14,7	58,8
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	25,48	30,91	76,4	682,8
ВСЕГО:		141-00	45,98	61,54	151,12	1341,8

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

Русскова М.Д.
Филиппова А.Г.

Русскова М.Д.

Филиппова А.Г.