

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы №10 на 16 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак						
Каша рисовая молочная вязкая	227	15-23	6,73	4,08	48,6	258,78
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром	195/14,63	1-95	0,068	0,0195	14,63	58,5
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		23-00	11,84	9,65	90,22	495,28
Уплотненный завтрак						
Салат из свежей капусты	60	2-63	0,79	1,95	3,88	36,24
Филе куриное тушеное в сметанном соусе	98(49/49)	49-08	11,54	9,92	2,87	147,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из свежих плодов(яблоки)	198	6-50	0,158	0,158	27,6	113,5
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	23,59	19,08	86,45	613,04
Обед						
Салат из свежей капусты	65	2-85	0,86	2,11	4,2	39,3
Суп картофельный с клецками	200	7-38	2,85	3,67	15,03	115,4
Филе куриное тушеное в сметанном соусе	90(45/45)	45-07	10,6	9,11	2,64	135,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Чай с сахаром	194/14,55	1-94	0,068	0,019	14,55	58,2
Булочка школьная	60	1-93	5	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		68-00	27,98	22,92	101,98	736,7

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 16 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
Завтрак						
Каша рисовая молочная вязкая	250	16-77	7,41	4,49	53,5	285,0
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром	188/14,1	1-88	0,066	0,019	14,1	56,4
Булочка «Ванильная»	100	5-46	7,9	8,12	44,48	283,0
ИТОГО:		28-00	15,42	16,26	112,1	657,4
Обед						
Салат из свежей капусты	110	4-82	1,45	3,58	7,12	66,4
Суп картофельный с клецками	250	9-23	3,56	4,59	18,79	144,25
Котлеты рубленые из филе птицы с соусом сметанным	112 (70/42)	38-77	11,26	12,69	13,3	212,8
Каша гречневая рассыпчатая	200	11-77	11,47	8,12	51,52	325,1
Компот из свежих яблок	197,5	6-48	0,158	0,158	27,53	113,2
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	32,9	31,06	145,18	1006,8

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 16 октября 2023 года

Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Каша рисовая молочная вязкая	225	15-09	6,67	4,04	48,17	256,5
Масло порцией	5	3-89	0,04	3,63	0,065	33,0
Чай с сахаром	191/14,33	1-91	0,067	0,019	14,33	57,3
Булочка «Ванильная»	100	5-46	7,9	8,12	44,48	283,0
ИТОГО:		26-35	14,68	15,81	107,0	629,8
Обед						
Салат из свежей капусты	105	4-60	1,39	3,41	6,79	63,42
Суп картофельный с клецками	200	7-38	2,85	3,67	15,03	115,4
Котлеты рубленые из филе птицы с соусом сметанным	100 (50/50)	28-86	8,33	10,07	10,68	166,85
Каша гречневая рассыпчатая	180	10-59	10,32	7,31	46,37	292,6
Чай с сахаром	184/13,8	1-84	0,064	0,018	13,8	55,2
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		55-20	27,95	26,4	126,38	838,5

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

Русскова М.Д.
Филиппова А.Г.

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 16 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	60	2-63	0,79	1,95	3,88	36,24
Филе куриное тушеное в сметанном соусе	98(49/49)	49-08	11,54	9,92	2,87	147,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из свежих плодов(яблоки)	198	6-50	0,158	0,158	27,6	113,5
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
ИТОГО:		68-00	23,59	19,08	86,45	613,04
Обед						
Салат из моркови с сахаром	95	4-45	1,17	0,095	10,9	77,6
Суп картофельный с клецками	200	7-38	2,85	3,67	15,03	115,4
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	184/13,8	1-84	0,064	0,018	13,8	55,2
Булочка школьная	60	1-93	5	1,92	26,92	145,0
ИТОГО:		73-00	25,82	31,29	91,7	791,5
ВСЕГО:		141-00	49,41	50,37	178,2	1404,5

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