

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

## МЕНЮ по столовой школы №10 на 18 сентября 2023 года

### Комплексы

с 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий- ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>ИТОГО:</b>		<b>23-00</b>	<b>11,84</b>	<b>9,65</b>	<b>90,22</b>	<b>495,28</b>
<b>Уплотненный завтрак</b>						
Салат из свежей капусты	60	2-63	0,79	1,95	3,88	36,24
Филе куриное тушеное в сметанном соусе	110(55/55)	49-87	12,96	11,13	3,22	165
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Компот из свежих плодов(яблоки)	183	5-71	0,146	0,146	25,51	104,9
Булочка школьная	30	0-96	2,5	0,96	13,46	72,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>25,0</b>	<b>20,28</b>	<b>84,71</b>	<b>622,4</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свежей капусты	62	2-71	0,82	2,02	4,01	37,45
Суп картофельный с клецками	200	7-22	2,85	3,67	15,03	115,4
Филе куриное тушеное в сметанном соусе	100(50/50)	45-33	11,78	10,12	2,93	150,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	8-83	8,6	6,09	38,64	243,8
Чай с сахаром	198/14,85	1-98	0,069	0,0198	14,85	59,4
Булочка школьная	60	1-93	5,0	1,92	26,92	145,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>29,12</b>	<b>23,84</b>	<b>102,38</b>	<b>751,1</b>

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