

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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

## МЕНЮ по столовой школы №10 на 21 сентября 2023 года

с 7-11 лет

### Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий- ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>ИТОГО:</b>		<b>23-00</b>	<b>14,49</b>	<b>12,28</b>	<b>83,02</b>	<b>501,3</b>
<b>Уплотненный завтрак</b>						
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
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>23,32</b>	<b>25,5</b>	<b>53,01</b>	<b>535,6</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>ИТОГО:</b>		<b>68-00</b>	<b>15,01</b>	<b>27,62</b>	<b>108,51</b>	<b>738,0</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

Русскова М.Д.

Филиппова А.Г.