

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Согласовано:

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



## МЕНЮ по столовой школы №10 на 17 ноября 2023 года

с 7-11 лет

### Комплексы

| Номер по СР                      | Наименование блюд                             | Выход, г  | Цена-руб.    | Белки, г     | Жиры, г      | Угле-воды, г  | Калорийн-ость, ккал |
|----------------------------------|---|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| <b>Завтрак</b>                   |   |           |              |              |              |               |                     |
| №396/<br>2011 г                  | Блины из дрожжевого теста с конфитюром        | 150/20    | 7-54         | 11           | 8,18         | 70,68         | 400,0               |
| №376/<br>2011 г                  | Чай с сахаром                                 | 191/14,33 | 1-91         | 0,067        | 0,019        | 14,33         | 57,3                |
| №338/<br>2011 г                  | Яблоки свежие порцией                         | 129       | 13-55        | 0,516        | 0,516        | 12,64         | 60,6                |
| <b>ИТОГО:</b>                    |   |           | <b>23-00</b> | <b>11,58</b> | <b>8,72</b>  | <b>97,65</b>  | <b>517,9</b>        |
| <b>Уплотненный завтрак</b>       |   |           |              |              |              |               |                     |
| №66/<br>2011 г                   | Салат из моркови с изюмом                     | 62        | 6-96         | 0,78         | 0,083        | 13,82         | 59,1                |
| №301<br>2011 г<br>№326<br>2011 г | Кнели из филе птицы паровые с соусом молочным | 90(60/30) | 40-50        | 10,57        | 11,02        | 5,82          | 164,64              |
| №174<br>2011 г                   | Каша рисовая молочная вязкая                  | 150       | 9-07         | 4,44         | 2,69         | 32,12         | 171,0               |
| №348<br>2011 г                   | Компот из сухофруктов (курага)                | 199,9     | 10-44        | 0,78         | 0,046        | 27,62         | 114,7               |
| №428/<br>2011 г                  | Булочка школьная                              | 30        | 1-03         | 2,5          | 0,96         | 13,46         | 72,5                |
| <b>ИТОГО:</b>                    |   |           | <b>68-00</b> | <b>19,07</b> | <b>14,8</b>  | <b>92,84</b>  | <b>581,9</b>        |
| <b>Обед</b>                      |   |           |              |              |              |               |                     |
| №62/<br>2011 г                   | Салат из моркови с сахаром                    | 60        | 2-81         | 0,74         | 0,06         | 6,89          | 49,0                |
| №88/<br>2011 г                   | Щи из свежей капусты с картофелем             | 200       | 3-95         | 1,41         | 3,96         | 6,32          | 71,8                |
| №301<br>2011 г<br>№326<br>2011 г | Кнели из филе птицы паровые с соусом молочным | 90(60/30) | 40-50        | 10,57        | 11,02        | 5,82          | 164,64              |
| №174<br>2011 г                   | Каша рисовая молочная вязкая                  | 150       | 9-07         | 4,44         | 2,69         | 32,12         | 171,0               |
| №348<br>2011 г                   | Компот из сухофруктов(курага)                 | 183,8     | 9-60         | 0,72         | 0,042        | 25,39         | 105,5               |
| №428/<br>2011 г                  | Булочка школьная                              | 60        | 2-07         | 5,0          | 1,92         | 26,92         | 145,0               |
| <b>ИТОГО:</b>                    |   |           | <b>68-00</b> | <b>22,88</b> | <b>19,69</b> | <b>103,46</b> | <b>706,9</b>        |

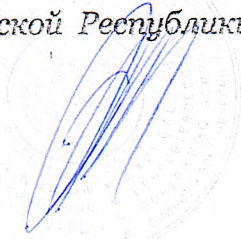
ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: \_\_\_\_\_ Русскова М.Д.  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: \_\_\_\_\_ Филиппова А.Г.  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: \_\_\_\_\_

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Согласовано:

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



## МЕНЮ по столовой школы №10 на 17 ноября 2023 года

Комплексы

с 12 лет и старше

| Номер по СР                      | Наименование блюд                             | Выход, г       | Цена-руб.    | Белки, г     | Жиры, г      | Угле-воды, г  | Калорийн-ость, ккал |
|----------------------------------|---|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
|                                  | <b>Завтрак</b>                                |                |              |              |              |               |                     |
| №396/<br>2011 г                  | Блины из дрожжевого теста с конфитюром        | 150/20         | 7-54         | 11           | 8,18         | 70,68         | 400,0               |
| №376/<br>2011 г                  | Чай с сахаром                                 | 198/14,85      | 1-98         | 0,069        | 0,0198       | 14,85         | 59,4                |
| №338/<br>2011 г                  | Яблоки свежие порцией                         | 176            | 18-48        | 0,7          | 0,7          | 17,25         | 82,7                |
|                                  | <b>ИТОГО:</b>                                 |                | <b>28-00</b> | <b>11,77</b> | <b>8,9</b>   | <b>102,78</b> | <b>542,1</b>        |
|                                  | <b>Обед</b>                                   |                |              |              |              |               |                     |
| №62/<br>2011 г                   | Салат из моркови с сахаром                    | 100            | 4-68         | 1,24         | 0,1          | 11,48         | 81,67               |
| №88/<br>2011 г                   | Щи из свежей капусты с картофелем             | 250            | 4-94         | 1,76         | 4,95         | 7,9           | 89,75               |
| №301<br>2011 г<br>№326<br>2011 г | Кнели из филе птицы паровые с соусом молочным | 100<br>(60/40) | 41-26        | 10,78        | 11,54        | 6,53          | 173,02              |
| №303<br>2011 г                   | Каша рисовая вязкая                           | 200            | 9-92         | 3,41         | 5,56         | 35,43         | 205,4               |
| №348<br>2011 г                   | Компот из сухофруктов (курса)                 | 194            | 10-13        | 0,76         | 0,045        | 26,8          | 111,3               |
| №428/<br>2011 г                  | Булочка школьная                              | 60             | 2-07         | 5,0          | 1,92         | 26,92         | 145,0               |
|                                  | <b>ИТОГО:</b>                                 |                | <b>73-00</b> | <b>22,95</b> | <b>24,12</b> | <b>115,06</b> | <b>806,1</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 17 ноября 2023 года

### Комплексы

| Комер по СР                | Наименование блюд                             | Выход, г          | Цена-руб.     | Белки, г     | Жиры, г      | Угле-воды, г  | Калорийн ость, ккал |
|----------------------------|---|-------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
|                            | <b>Уплотненный завтрак</b>                    |                   |               |              |              |               |                     |
| №66/2011г                  | Салат из моркови с изюмом                     | 62                | 6-96          | 0,78         | 0,083        | 13,82         | 59,1                |
| №301 2011 г<br>№326 2011 г | Кнели из филе птицы паровые с соусом молочным | 90(60/30)         | 40-50         | 10,57        | 11,02        | 5,82          | 164,64              |
| №174 2011 г                | Каша рисовая молочная вязкая                  | 150               | 9-07          | 4,44         | 2,69         | 32,12         | 171,0               |
| №348 2011 г                | Компот из сухофруктов (курага)                | 199,9             | 10-44         | 0,78         | 0,046        | 27,62         | 114,7               |
| №428/2011г                 | Булочка школьная                              | 30                | 1-03          | 2,5          | 0,96         | 13,46         | 72,5                |
|                            | <b>ИТОГО:</b>                                 |                   | <b>68-00</b>  | <b>19,07</b> | <b>14,8</b>  | <b>92,84</b>  | <b>581,9</b>        |
|                            | <b>Обед</b>                                   |                   |               |              |              |               |                     |
| №45 2011 г                 | Салат из свежей капусты                       | 65                | 2-85          | 0,86         | 2,12         | 4,2           | 39,3                |
| №88/2011г                  | Щи из свежей капусты с картофелем             | 200               | 3-95          | 1,41         | 3,96         | 6,32          | 71,8                |
| №260 2011г                 | Гуляш из говядины                             | 85<br>(42,5/42,5) | 52-10         | 12,37        | 14,27        | 2,46          | 187,9               |
| №312 2011 г                | Картофельное пюре                             | 150               | 10-02         | 3,06         | 4,8          | 20,44         | 137,3               |
| №376 2011г                 | Чай с сахаром                                 | 201/15,1          | 2-01          | 0,07         | 0,02         | 15,1          | 60,3                |
| №428/2011г                 | Булочка школьная                              | 60                | 2-07          | 5,0          | 1,92         | 26,92         | 145,0               |
|                            | <b>ИТОГО:</b>                                 |                   | <b>73-00</b>  | <b>22,77</b> | <b>27,09</b> | <b>75,44</b>  | <b>641,6</b>        |
|                            | <b>ВСЕГО:</b>                                 |                   | <b>141-00</b> | <b>41,84</b> | <b>41,89</b> | <b>168,28</b> | <b>1223,5</b>       |

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

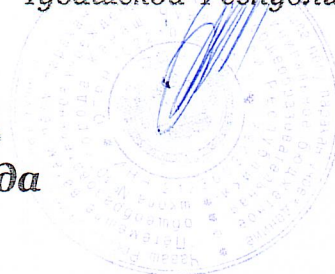
# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Согласовано:

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



## МЕНЮ по столовой школы №10 на 17 ноября 2023 года



### Комплексы

| Номер по СР                      | Наименование блюд                             | Выход, г  | Цена-руб.    | Белки, г     | Жиры, г      | Угле-воды, г  | Калорийн-ость, ккал |
|----------------------------------|---|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| <b>Завтрак</b>                   |   |           |              |              |              |               |                     |
| №396/<br>2011 г                  | Блины из дрожжевого теста с конфитюром        | 150/20    | 7-54         | 11           | 8,18         | 70,68         | 400,0               |
| №376/<br>2011 г                  | Чай с сахаром                                 | 201/15,1  | 2-01         | 0,07         | 0,02         | 15,1          | 60,3                |
| №338/<br>2011 г                  | Яблоки свежие порцией                         | 160       | 16-80        | 0,64         | 0,64         | 15,68         | 75,2                |
| <b>ИТОГО:</b>                    |   |           | <b>26-35</b> | <b>11,71</b> | <b>8,84</b>  | <b>101,46</b> | <b>535,5</b>        |
| <b>Обед</b>                      |   |           |              |              |              |               |                     |
| №62/<br>2011 г                   | Салат из моркови с сахаром                    | 85        | 3-98         | 1,05         | 0,085        | 9,76          | 69,4                |
| №88/<br>2011 г                   | Щи из свежей капусты с картофелем             | 250       | 4-94         | 1,76         | 4,95         | 7,9           | 89,75               |
| №301<br>2011 г<br>№326<br>2011 г | Кнели из филе птицы паровые с соусом молочным | 90(50/40) | 34-89        | 9,12         | 12,58        | 5,92          | 149,8               |
| №303<br>2011 г                   | Каша рисовая вязкая                           | 150       | 7-44         | 2,56         | 4,17         | 26,57         | 154,1               |
| №376/<br>2011 г                  | Чай с сахаром                                 | 188/14,1  | 1-88         | 0,066        | 0,019        | 14,1          | 56,4                |
| №428/<br>2011 г                  | Булочка школьная                              | 60        | 2-07         | 5,0          | 1,92         | 26,92         | 145,0               |
| <b>ИТОГО:</b>                    |   |           | <b>55-20</b> | <b>19,56</b> | <b>23,72</b> | <b>91,17</b>  | <b>664,5</b>        |

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