

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Согласовано:

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



МЕНЮ по столовой школы №10 на 5 декабря 2023 года

Комплексы

с 7-11 лет

| Номер по СР | Наименование блюд | Выход, г | Цена-руб. | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Калорийность, ккал |
|----------------------------|---|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| №173/2011г | Каша геркулесовая молочная вязкая | 215 | 9-29 | 8,85 | 6,31 | 40,32 | 254,9 |
| №14/2011г | Масло порцией | 10 | 7-28 | 0,08 | 7,25 | 0,130 | 66,0 |
| №376/2011г | Чай с сахаром | 200/15 | 1-87 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60,0 |
| №422/2011г | Булочка «Ванильная» | 75 | 4-56 | 5,92 | 6,09 | 33,26 | 212,25 |
| ИТОГО: | | | 23-00 | 14,93 | 19,67 | 88,81 | 593,15 |
| Уплотненный завтрак | | | | | | | |
| №45/2011г | Салат из свежей капусты | 65 | 2-82 | 0,86 | 2,11 | 4,2 | 39,26 |
| №288/2011г | Филе куриное отварное со сметанным соусом | 90(50/40) | 47-34 | 12,28 | 15,31 | 2,59 | 197,45 |
| №312/2011г | Картофельное пюре | 150 | 10-02 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 |
| №342/2011г | Компот из свежих плодов(яблоки) | 194,6 | 6-80 | 0,156 | 0,156 | 27,13 | 111,5 |
| №428/2011г | Булочка школьная | 30 | 1-02 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 |
| ИТОГО: | | | 68-00 | 18,86 | 23,34 | 67,82 | 558,0 |
| Обед | | | | | | | |
| №45/2011г | Салат из свежей капусты | 77 | 3-34 | 1,01 | 2,51 | 4,98 | 46,51 |
| №102/2011г | Суп картофельный с горохом | 200 | 3-41 | 4,39 | 4,22 | 13,23 | 118,6 |
| №288/2011г №330/2011г | Филе куриное отварное со сметанным соусом | 90(50/40) | 47-34 | 12,28 | 15,31 | 2,59 | 197,45 |
| №312/2011г | Картофельное пюре | 150 | 10-02 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 |
| №376/2011г | Чай с сахаром | 198/14,85 | 1-85 | 0,069 | 0,0198 | 14,85 | 59,4 |
| №428/2011г | Булочка школьная | 60 | 2-04 | 5,0 | 1,92 | 26,92 | 145,0 |
| ИТОГО: | | | 68-00 | 25,81 | 28,78 | 83,01 | 704,3 |

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 5 декабря 2023 года.



Комплексы

с 12 лет и старше

| Номер по СР | Наименование блюд | Выход, г | Цена-руб. | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Калорийность, ккал |
|--------------------------------|---|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| №173/ 2011г | Каша геркулесовая молочная вязкая | 296 | 12-79 | 12,18 | 8,68 | 55,51 | 350,9 |
| №14/ 2011г | Масло порцией | 10 | 7-28 | 0,08 | 7,25 | 0,130 | 66,0 |
| №376/ 2011г | Чай с сахаром | 200/15 | 1-87 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60,0 |
| №422/ 2011г | Булочка «Ванильная» | 100 | 6-08 | 7,9 | 8,12 | 44,48 | 283,0 |
| ИТОГО: | | | 28-00 | 20,23 | 24,07 | 115,1 | 759,9 |
| Обед | | | | | | | |
| №45/ 2011г | Салат из свежей капусты | 115 | 4-98 | 1,52 | 3,74 | 7,44 | 69,5 |
| №102/ 2011г | Суп картофельный с горохом | 250 | 4-26 | 5,49 | 5,28 | 16,54 | 148,25 |
| №288 2011г №330 2011г | Филе куриное отварное со сметанным соусом | 100 (50/50) | 47-89 | 12,42 | 15,81 | 3,18 | 204,86 |
| №312/ 2011г | Картофельное пюре | 180 | 12-02 | 3,67 | 5,76 | 24,53 | 164,76 |
| №376/ 2011г | Чай с сахаром | 194/14,55 | 1-81 | 0,068 | 0,019 | 14,55 | 58,2 |
| №428/ 2011г | Булочка школьная | 60 | 2-04 | 5,0 | 1,92 | 26,92 | 145,0 |
| ИТОГО: | | | 73-00 | 28,17 | 32,53 | 93,16 | 790,6 |

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 5 декабря 2023 года



Комплексы

| Номер по СР | Наименование блюд | Выход, г | Цена-руб. | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Калорийн-ость, ккал |
|----------------|---|----------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| | Уплотненный завтрак | | | | | | |
| №45/ 2011г | Салат из свежей капусты | 65 | 2-82 | 0,86 | 2,11 | 4,2 | 39,26 |
| №238 2011г | Филе куриное отварное со сметанным соусом | 90(50/40) | 47-34 | 12,28 | 15,31 | 2,59 | 197,45 |
| №312 2011г | Картофельное пюре | 150 | 10-02 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 |
| №342 2011г | Компот из свежих плодов(яблоки) | 194,6 | 6-80 | 0,156 | 0,156 | 27,13 | 111,5 |
| №428/ 2011г | Булочка школьная | 30 | 1-02 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 |
| | ИТОГО: | | 68-00 | 18,86 | 23,34 | 67,82 | 558,0 |
| | Обед | | | | | | |
| №338 2011г | Яблоки свежие порцией | 200 | 21-00 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94,0 |
| №102/ 2011г | Суп картофельный с горохом | 250 | 4-26 | 5,49 | 5,28 | 16,54 | 148,25 |
| №230 2011г | Фрикадельки из говядины | 105 (55/50) | 34-30 | 8,79 | 11,54 | 11,08 | 186,0 |
| №309 2011г | Макаронные изделия отварные | 150 | 9-57 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,5 |
| №376/ 2011г | Чай с сахаром | 196/14,7 | 1-83 | 0,069 | 0,0196 | 14,7 | 58,8 |
| №428/ 2011г | Булочка школьная | 60 | 2-04 | 5,0 | 1,92 | 26,92 | 145,0 |
| | ИТОГО: | | 73-00 | 25,67 | 24,08 | 115,29 | 800,55 |
| | ВСЕГО: | | 141-00 | 44,53 | 47,42 | 183,11 | 1358,6 |

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 5 декабря 2023 года

Комплексы

| Номер по СР | Наименование блюд | Выход, г | Цена-руб. | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Калорийн-ость, ккал |
|--------------------------------|---|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| №173/ 2011г | Каша геркулесовая молочная вязкая | 258 | 11-15 | 10,62 | 7,56 | 48,38 | 305,9 |
| №14/ 2011г | Масло порцией | 10 | 7-28 | 0,08 | 7,25 | 0,130 | 66,0 |
| №376/ 2011г | Чай с сахаром | 197/14,78 | 1-84 | 0,069 | 0,0197 | 14,78 | 59,1 |
| №422/ 2011г | Булочка «Ванильная» | 100 | 6-08 | 7,9 | 8,12 | 44,48 | 283,0 |
| ИТОГО: | | | 26-35 | 18,67 | 22,95 | 107,77 | 714,0 |
| Обед | | | | | | | |
| №45/ 2011г | Салат из свежей капусты | 120 | 5-20 | 1,58 | 3,9 | 7,76 | 72,5 |
| №102/ 2011г | Суп картофельный с горохом | 250 | 4-26 | 5,49 | 5,28 | 16,54 | 148,25 |
| №295 2011г №330 2011г | Котлеты рубленые из филе птицы с соусом сметанным | 100 (50/50) | 28-66 | 8,33 | 10,07 | 10,68 | 166,85 |
| №312/ 2011г | Картофельное пюре | 200 | 13-36 | 4,08 | 6,4 | 27,25 | 183,1 |
| №376/ 2011г | Чай с сахаром | 180/13,5 | 1-68 | 0,063 | 0,018 | 13,5 | 54,0 |
| №428/ 2011г | Булочка школьная | 60 | 2-04 | 5,0 | 1,92 | 26,92 | 145,0 |
| ИТОГО: | | | 55-20 | 24,54 | 27,59 | 102,65 | 769,7 |

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