



Утверждаю

Директор Полилингвальный образовательный комплекс "Адымнар-Алабуга"

А.А. Адиллов

## МЕНЮ

на 1 декабря 2023г

### 1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из моркови с сахаром	60		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Котлеты говяжьи в томатном соусе	90		12,17	16,62	8,98	214,35
3	Каша гречневая рассыпчатая	150/5		5,62	5,04	34,99	208,50
4	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10	40
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	20		1,320	0,24	7,920	40
	<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>64.19</b>	<b>21,09</b>	<b>22,48</b>	<b>81,53</b>	<b>596,45</b>

### 5 – 11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из моркови с сахаром	100		1,233	0,094	11,476	81,7
2	Котлеты говяжьи в томатном соусе	75/30		12,17	16,62	8,98	214,35
3	Каша гречневая рассыпчатая	180		5,51	4,76	40,85	271,76
4	Чай с мармеладом	190/10		0,09	0,02	11,91	48,15
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	20	<b>58.00</b>	1,32	0,24	7,92	39,60
	<b>Итого:</b>	<b>625</b>		<b>21,84</b>	<b>21,89</b>	<b>90,98</b>	<b>702,56</b>

### Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Печенье (крекер)	30		2,25	2,94	22,3	125,1
2	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>8.80</b>	<b>2,3</b>	<b>3,0</b>	<b>32,3</b>	<b>165,1</b>

### Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Суп крестьянский с крупой с птицей, со сметаной	250/10/7		4,00	7,82	6,38	113,78
2	Печенье	50		3,75	4,9	37,2	208,50
3	Компот из сухофруктов	200		0,24	0,14	31,84	116
4	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	<b>Итого:</b>	<b>717</b>	<b>40.00</b>	<b>9,31</b>	<b>13,10</b>	<b>83,34</b>	<b>477,88</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1940</b>		<b>34,05</b>	<b>38,78</b>	<b>205,12</b>	<b>1279,03</b>

Зав. производством

Ф.И.Зангирова

Зам. по питанию

А.М.Фахрутдинова

Фельдшер

Л. А.Сабирова