



Утверждаю
 Директор "Полилингвальный
 образовательный комплекс"
 "Адымнар-Алабуга"
 А.А. Адилов

МЕНЮ
 на 5 декабря 2023г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость
1	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	60		7,03	7,94	19,75	178,50
2	Овощи тушеные с мясом	50/150		5,10	5,38	22,34	191,35
3	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,20
4	Печенье	30		2,22	2,82	1,71	12,90
5	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	510	64,19	15,91	16,47	64,14	476,55

5 – 11 классы

№ п/п	Наименование продуктов						
1	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50		4,990	10,15	14,890	170
2	Овощи тушеные с мясом	50/200		13,33	13,28	43,58	346,67
3	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,420	54
4	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,840	47
5	Хлеб ржаной	30		1,980	0,360	11,880	59
	Итого:	550	58,00	22,06	24,04	92,61	677,60

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов						
1	Печенье	30		2,22	2,82	21,9	122,1
2	Чай "Витаминный"	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,20
	Итого:	230	8,80	2,4	3,0	32,5	165,3

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов						
1	Рассольник ленинградский с мясом птицы, со сметаной	250/10/10		4,62	8,45	12,37	149,65
2	Булочка "Детская"	50		3,39	6,98	21,07	160,5
3	Напиток из свежих яблок	200		0,16	0,16	27,88	114,6
4	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	540	40	9,49	15,83	69,24	464,35
	Всего:	1987		49,86	59,33	258,49	1783,80

Зав. производством

Ф.Ш. Зангирова Ф.Ш. Зангирова

Фельдшер

Л. А. Сабирова Л. А. Сабирова

Зам. по питанию

А.В. Пермяков А.В. Пермяков

Утверждаю
 Директор "Полилингвальный
 образовательный комплекс"
 "Адымнар-Алабуга"
 А.А. Адилов



МЕНЮ
 на 5 декабря 2023г
 (свободный выбор для учащихся 5-11кл)

1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводь	Калорийность
1	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50		4,960	10,78	15,550	179
2	Суп картофельный с фасолью с мясными фрикадельками	250/11		7,312	6,63	28,340	155
3	Овощи тушеные с мясом	50/200		13,33	13,28	43,58	346,67
4	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,420	54
5	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,840	47
6	Хлеб ржаной	30		1,980	0,360	11,880	59
	Итого:	811	81.00	29,34	31,30	121,61	841,02

2 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат "Витаминный"	100		4,36	5,22	22,15	154,90
2	Суп картофельный с фасолью с мясными фрикадельками	250/11		7,31	6,63	28,34	154,82
3	Индейка, тушеная с яблоками	60/40		10,30	8,97	14,48	133,47
4	Картофель запеченный дольками	180		4,73	8,30	27,26	217,14
5	Напиток из с/м облепиха	200		0,4	0,1	23,690	139
6	Сырники с морковью с молоком сгущенным	160/40		0,40	0,10	23,69	138,80
7	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
8	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	886	81.00	30,27	29,68	135,65	895,63

Зав. производством
 Фельдшер
 Зам.по питанию

Ф.Ш.Зангирова
 Л. А.Сабилова
 А.В.Пермякова