

МЕНЮ
 на 22 декабря 2023г

1 – 4 классы

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть
1	Салат из свежей капусты с морковью	60		0,79	1,95	3,88	36,24
2	Плов из говядины с рисом	50/150		16,03	18,16	45,91	415,89
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	25		1,900	0,200	12,300	59
5	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	505	64,19	20,15	20,61	80,99	595,53

5 – 11 классы

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из свежей капусты с морковью	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Плов из говядины с рисом	50/200		18,97	20,36	54,79	509,83
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
5	Хлеб ржаной	25	58,00	1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	595		23,56	24,13	91,99	711,78

Питание на сумму дотации

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Бутерброд с маслом	30/10		2,36	7,49	14,9	136
2	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70
	Итого:	240	8,80	2,4	8,2	26,5	189,3

Группы продленного дня

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Бутерброд с маслом	40		2,36	7,49	14,89	136
2	Суп молочный с пшениной крупой	250		3,71	4,47	7,68	89,00
3	Компот из свежих фруктов	200		0,31	0,13	30,94	127,90
4	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	510	40,00	7,7	12,3	61,4	392,5
	Всего:	1850		53,81	65,27	260,91	1889,11

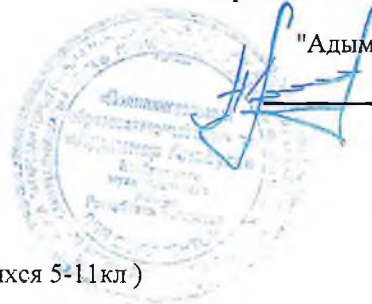
Зав. производством
 Зам.по питанию
 Фельдшер

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

Утверждаю
Директор "Полилингвальный
образовательный комплекс"

"Адымнар-Алабуга"

А.А. Адилов



МЕНЮ

на 22 декабря 2023г
(свободный выбор для учащихся 5-11кл)

1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Яйцо с зеленым горошком к/с	40/60		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Суп картофельный с мясом говядины	250/15		5,74	8,92	16,92	128,83
3	Котлета куриная с овощами	100		18,97	20,36	57,79	509,83
4	Овощное рагу	180		0,11	0,06	10,990	45
5	Компот из свежемороженных фруктов	40		3,040	0,320	19,680	94
6	Хлеб пшеничный	40		2,64	0,48	15,84	79,20
7	Хлеб ржаной	895	81.00	31,81	33,39	127,69	917,31

2 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из свежей капусты с морковью	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Суп картофельный с мясом говядины	250/15		5,74	8,92	16,92	128,83
3	Плов из говядины с рисом	50/200		18,97	20,36	57,79	509,83
4	Пудинг творожный с повидлом	170/30		0,07	0,02	9,98	40,00
5	Сок разливной	200		0,11	0,06	10,990	45
6	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
7	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	890	81.00	31,81	33,39	127,69	917,31

Зав. производством

Фельдшер

Зам.по питанию

Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабилова

А.В.Пермякова