



Утверждаю

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

МЕНЮ

на 25 ноября 2023г

1 – 4 классы

| № п/п | Наименование продуктов | Выход, гр | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|-------|----------------------------------|-----------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 1 | Фрукты и ягоды свежие (абрикосы) | 100 | | 0,4 | 0,40 | 9,8 | 47,0 |
| 2 | Биточки рыбные | 90 | | 9,600 | 9,984 | 13,212 | 149,20 |
| 3 | Картофель запеченный дольками | 150 | | 4,140 | 4,530 | 37,425 | 231,50 |
| 4 | Какао с молоком | 200 | | 4,08 | 3,54 | 7,60 | 78,70 |
| 5 | Хлеб ржаной | 30 | 64,19 | 1,980 | 0,360 | 11,880 | 59 |
| | Итого: | 570 | | 18,22 | 18,46 | 68,04 | 506,40 |

5 – 11 классы

| № п/п | Наименование продуктов | Выход, гр | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|-------|-------------------------------|------------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 1 | Биточки рыбные | 90 | | 9,600 | 9,984 | 13,212 | 149,20 |
| 2 | Картофель запеченный дольками | 200 | | 5,52 | 6,04 | 49,90 | 331,25 |
| 3 | Чай с сахаром | 190/10 | | 0,070 | 0,020 | 10,000 | 40 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| 5 | Хлеб ржаной | 40 | 58,00 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,20 |
| | Итого: | 550 | | 21,99 | 22,72 | 98,79 | 646,65 |

| № п/п | Наименование продуктов | Выход, гр | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|-------|------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| 1 | Печенье | 30 | | 2,25 | 2,94 | 22,3 | 125,1 |
| 2 | Чай с сахаром | 190/10 | | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| | Итого: | 230 | 8,80 | 2,3 | 3,0 | 32,3 | 165,1 |
| | Всего: | 1845 | | 6,94 | 3,80 | 60,02 | 303,70 |

Зав. производством

Зам.по питанию

Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова

А.М.Фахрутдинова

Л. А.Сабилова