



Утверждаю
 Директор "Полилингвальный
 образовательный комплекс"
 "Адымнар-Алабуга"
 А.Г. Махмутов

МЕНЮ
 на 10 марта 2026г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Плоды и ягоды свежие (апельсины)	180		1,62	0,36	14,58	77,40
2	котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	75/150/5		11,45	12,46	31,32	289,95
3	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80
4	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	520	77,76	15,71	13,27	79,81	519,55

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Плоды и ягоды свежие (апельсины)	180		1,62	0,36	14,58	77,40
2	Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	75/180/3		17,06	23,20	43,27	463,44
3	Сок	200		1,00	0,00	20,02	84,44
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	618	83,20	23,94	24,16	104,51	755,18

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Вафли	20		4,92	6,96	3,3	73,375
2	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80
	Итого:	220	10,70	5,6	7,0	25,3	166,2

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рассольник ленинградский, с мясными фрикадельками, со	250/10/7		4,19	7,31	12,31	138,20
2	Котлета из говядины с кашей геркулесовой молочной, с маслом	50/150/3		14,32	14,19	36,09	330,27
3	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,115	0,025	10,16	41,70
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,84	0,40	17,76	86,60
	Итого:	703	66,70	21,46	21,93	76,32	596,77

Зав. производством
 Фельдшер

Handwritten signatures in blue ink.

Ф.Ш.Зангирова
 Л.А.Сабирова