



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

МЕНЮ
на 11 марта 2026г.

1 – 4 классы

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Салат из квашенной капусты	60		0,80	0,72	10,07	51,42
2	Плов из говядины с рисовой крупой	50/50		15,95	19,55	39,75	408,42
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
4	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
5	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	505	77,76	19,87	20,72	80,09	597,68

5-11 классы

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из квашенной капусты	100		1,33	0,85	16,79	85,79
2	Плов из говядины с рисовой крупой	50/200		18,97	23,12	51,79	509,80
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
4	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	600	83,20	23,64	23,86	87,32	678,20

Питание на сумму дотации

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сушки	30		3,21	0,36	21,4	101,7
2	Чай с сахаром с лимоном	180/10/5		0,12	0,03	10,16	41,70
	Итого:	230	10,70	3,3	0,4	31,5	143,4

5

Группы продленного дня

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп -лапша с картофелем ,с мясом птицы	250/10		5,65	6,10	11,62	132,55
2	Омлет натуральный	100		10,10	11,27	1,79	149,06
3	Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	10,99	44,70
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,84	0,40	17,76	86,60
	Итого:	700	66,70	18,70	17,83	42,16	412,91

Зав.производством

Ф.Ш.Зангирова

Ф.Ш.Зангирова

Фельдшер

Л.А.Сабинова

Л.А.Сабинова