



Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
на 13 марта 2026г

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Пельмени мясные отварные с маслом сливочным	150/5		9,79	14,2	31,4	295,65
2	Напиток из свежих фруктов (75)	200		0,34	0,17	21,46	103,50
3	Хлеб пшеничный	45		3,42	0,36	22,14	105,75
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>77,76</b>	<b>25,93</b>	<b>30,29</b>	<b>115,32</b>	<b>805,00</b>

**5-11 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Пельмени мясные отварные с маслом сливочным	195/5		18,54	21,05	40,80	400,45
2	Напиток из свежих фруктов (75)	200		0,34	0,17	21,46	103,50
3	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>83,20</b>	<b>31,51</b>	<b>30,38</b>	<b>113,36</b>	<b>842,08</b>

**Питание на сумму дотации**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Печенье (крекер)	30		2,25	2,94	22,3	125,1
2	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	22,03	92,80
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>10,70</b>	<b>2,90</b>	<b>3,00</b>	<b>44,40</b>	<b>217,90</b>

**Группы продленного дня**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Суп картофельный на курином бульоне	250		2,34	2,83	16,87	114,00
2	Котлета из мяса птицы с гороховым пюре с маслом сливочным	50/150/3		22,28	8,3	43,03	335,26
3	Кисель	200		0,6	0,1	30,2	123,6
4	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>66,70</b>	<b>28,72</b>	<b>11,75</b>	<b>111,82</b>	<b>679,26</b>
	<b>Всего:</b>	<b>2028,00</b>		<b>89,06</b>	<b>75,42</b>	<b>384,90</b>	<b>2544,24</b>

Зав производством

*Ф.Ш.Зангирова*

Ф.Ш.Зангирова

Фельдшер

*Л.А.Сабирова*

Л.А.Сабирова