



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

**МЕНЮ**  
 на 16 февраля 2026г.

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Сырники из творога с кашей пшенной молочной с маслом сливочным	60/180/5		16,02	18,13	42,98	386,40
2	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,43	54,20
3	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
4	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>77,76</b>	<b>20,14</b>	<b>18,78</b>	<b>79,59</b>	<b>558,75</b>

**5-11 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сырники из творога с кашей пшенной молочной с маслом сливочным	60/220/3		17,90	21,21	47,96	442,60
2	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,43	54,20
3	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
4	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>83,20</b>	<b>23,06</b>	<b>22,02</b>	<b>90,99</b>	<b>646,50</b>

**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	200		0,66	0,09	32,01	132,80
	<b>Итого:</b>	<b>220</b>	<b>10,70</b>	<b>5,58</b>	<b>7,05</b>	<b>35,27</b>	<b>206,18</b>

**Группы продленного дня**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп гороховый , с гречками	250/10		8,56	48,10	20,86	575,75
2	Плов из птицы с перловой крупой и овощами	40/160		14,81	8,67	32,62	268,00
3	Напиток из изюма и яблок	200		0,25	0,12	28,87	118,40
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,84	0,40	17,76	86,60
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>66,70</b>	<b>26,47</b>	<b>57,29</b>	<b>100,11</b>	<b>1048,75</b>

Зав.производством   
 Фельдшер 

Ф.Ш.Зангирова  
 Л.А.Сабилова