

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

МЕНЮ
 на 2 декабря 2024г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Сосиски отварные	100		10,20	12,93	13,79	198
2	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180/3		4,09	5,08	37,26	216,90
3	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,43	54,20
4	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	528	66,76	18,41	18,66	87,66	587,25

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Сосиски отварные	100		11,33	14,36	15,32	220
2	Каша пшенная молочная	200		7,43	4,46	36,91	219
3	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,43	54,20
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:	550	66,76	22,50	19,43	86,38	599,60

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Сушки	30		3,21	0,36	21,4	101,7
2	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,99	44,70
	Итого:	230	9,20	3,32	0,42	32,39	146,40

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Борщ из свежей капусты на курином бульоне, со сметаной	250/7		1,98	5,97	11,18	115,09
2	Макаронные изделия отварные с котлетой куриной, с маслом сливочным	150/50/3		14,36	7,6	40,03	286,10
3	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	132,8
4	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57
	Итого:	700	50	22,37	20,25	94,40	667,56
	Всего:	2008,00		66,60	58,76	300,83	2000,81

Зав.производством
 Отв. по питанию
 Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова
 Ф.Ш.Зангирова
А.В.Пермякова
 А.В.Пермякова
Л.А.Сабирова
 Л.А.Сабирова

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

МЕНЮ
на 2 декабря 2024г
(свободный выбор для учащихся 5-11кл)

1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Суп гороховый с картофелем, на курином бульоне, с гренками	250/10		8,56	21,00	14,86	191,75
2	Сырники из творога	60		11,28	10,72	12,25	204,40
3	Каша пшенная молочная	220		8,17	4,92	40,61	220,90
4	Чай витаминный с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,00
5	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
6	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	907	84,2	28,26	26,81	115,66	844,45

2 комплексный обед

№	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из моркови	100		1,23	0,09	11,48	81,70
2	Суп гороховый с картофелем, на курином бульоне, с гренками	250/10		8,56	21,00	14,86	191,75
3	Котлеты из мяса кур в томатном соусе с овощами	80,30		9,09	16,28	16,93	136,37
4	Картофель запеченный дольками	180		4,73	8,30	27,26	217,14
5	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	133,00
6	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
8	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	895	84,2	27,45	26,23	120,28	856,26

Зав. производством

Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова
Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабилова
Л. А.Сабилова