

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

МЕНЮ
на 4 марта 2025г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Салат из отварной свеклы	60		0,84	3,61	4,96	55,68
2	Биточки рыбные со сметанным соусом	75/20		8,46	6,82	12,18	148,32
3	Пюре картофельное	150		3,20	4,17	18,78	132,00
4	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
5	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
6	Хлеб ржаной	30	69,43	1,98	0,36	11,88	59,40

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из отварной свеклы	100		1,41	6,01	8,26	92,80
2	Биточки рыбные с картофельным пюре и сметанным соусом	75/150/20		11,66	10,99	30,96	280,32
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	40		3,04	0,32	19,68	94,00
	Итого:	605	69,43	17,69	17,50	78,75	554,12

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6
2	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,44	54,20
	Итого:	220	9,60	1,70	2,59	21,24	117,80

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп картофельный с мясом	250/10		5,14	3,2	16,92	128,83
2	Запеканка из творога с повидлом	100/20		8,81	7,7	21,24	187,00
3	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,12	0,02	13,69	55,86
4	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57
	Итого:	620	65	19,44	17,51	63,03	505,26
	Всего:	1475,00		40,81	37,96	174,90	1236,58

Зав производством

Фельдшер

Отв.за питание

Ф.Ш.Зангирова
Л.А.Сабинова
С.А.Жабрикова

Ф.Ш.Зангирова

Л.А.Сабинова

С.А.Жабрикова

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



МЕНЮ
на 4 марта 2025г
(свободный выбор для учащихся 5-11кл.)

1 комплексный обед							
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Суп картофельный с овощами на мясном бульоне	250		1,59	4,99	9,15	95,25
3	Плов из говядины с рисом	50/200		18,97	20,36	57,79	509,83
4	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	9,98	40,00
6	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
7	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
8							
	Итого:	850	104,6	26,05	26,29	109,46	798,48

2 комплексный обед							
№	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат "Витаминный"	100		4,36	5,22	22,15	154,90
2	Суп картофельный с овощами на мясном бульоне	250		1,59	4,99	9,15	95,25
3	Куриная грудка запеченная	100		9,87	7,72	0,00	210,40
4	Овощное рагу	180		3,03	6,84	21,72	187,90
5	Компот из свежемороженых фруктов	200		0,24	0,14	7,84	75,00
6	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
7	Хлеб ржаной	25	104,6	1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	875		26,62	26,37	111,89	819,95
							819,95

Зав. производством
Фельдшер
Зам.по питанию

Handwritten signatures of the responsible persons.

Ф.Ш.Зангирова
Л. А.Сабирова
С.А.Жабрикова