



Утверждаю  
 Директор "Полилингвальный  
 образовательный комплекс"  
 "Адымнар-Алабуга"  
 А.А. Адилов

**МЕНЮ**  
 на 4 декабря 2023г

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Птица запеченная	90		9,820	15,964	0,000	202
2	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		5,10	2,85	39,56	186,10
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	12,690	45
4	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
5	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>64,19</b>	<b>19,390</b>	<b>19,43</b>	<b>79,85</b>	<b>566,75</b>

**5-11 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Птица запеченная	100		9,870	17,720	0,000	210,4
2	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	200/3		7,380	5,198	49,610	244
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
5	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>573</b>	<b>58,00</b>	<b>22,28</b>	<b>23,70</b>	<b>91,20</b>	<b>649,55</b>

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сушки	30		1,17	9,18	18,8	162,6
2	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>8,80</b>	<b>3,41</b>	<b>4,31</b>	<b>20,00</b>	<b>93,73</b>

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Фрикадельки мясные в томатно-сметанном соусе	55/50		8,5	11,21	10,61	180,00
2	Каша гречневая рассыпчатая	180		10,524	2,76	47,676	256,80
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40
4	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>40</b>	<b>21,93</b>	<b>14,39</b>	<b>86,06</b>	<b>563,40</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1601</b>		<b>67,01</b>	<b>61,83</b>	<b>277,11</b>	<b>1873,43</b>

Зав. производством  
 Зам. по питанию  
 Фельдшер

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

Утверждаю  
 Директор "Полилингвальный  
 образовательный комплекс"  
 "Адымнар-Алабуга"  
 А.А. Адилов



### МЕНЮ

на 4 декабря 2023 г

(свободный выбор для учащихся 5-11кл )

#### 1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из белокочанной капусты	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Суп гороховый с картофелем, с мясом птицы	250/15		9,00	5,56	20,62	187,55
3	Птица запеченная	100		9,870	17,720	0,000	210,4
4	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3		7,380	5,198	49,610	244
5	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	10,990	45
6	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
7	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>928</b>	<b>81,00</b>	<b>33,05</b>	<b>32,59</b>	<b>128,21</b>	<b>921,00</b>

#### 2 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из моркови	100		1,233	0,094	11,476	81,7
2	Суп гороховый с картофелем, с мясом птицы	250/15		9,000	5,560	20,620	187,6
3	Азу по-татарски	50/200		13,720	18,090	16,580	255
4	Компот из сухофруктов	200		0,662	0,090	32,014	133
5	Сырники творожные с молоком сгущенным п/ф	160/40		0,40	0,10	23,69	138,80
6	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
7	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого:</b>	<b>860</b>	<b>81,00</b>	<b>27,79</b>	<b>24,29</b>	<b>100,43</b>	<b>753,85</b>

Зав. производством

Ф.Ш.Зангирова

Фельдшер

Л. А.Сабирова

Зам.по питанию

А.В.Пермякова