

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

**МЕНЮ**  
 на 07 сентября 2023г.

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из свеклы отварной	60		0,79	1,95	3,88	36,24
2	Птица запеченная с томатным соусом	90/20		9,15	5,62	7,80	105,00
3	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/5		3,10	8,43	20,51	170,25
4	Чай с сахаром	190/10		0,16	0,16	13,91	58,74
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	20	64,19	1,32	0,24	7,92	39,60
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>		<b>16,04</b>	<b>16,56</b>	<b>63,86</b>	<b>456,83</b>
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из белокочанной капусты	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50		9,15	5,62	7,80	105,00
3	Пюре картофельное	180		3,71	7,95	24,57	184,50
4	Компот из свежих яблок (75 С)	200		0,16	0,16	13,91	58,74
5	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
6	Хлеб ржаной	25	58,00	1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого:</b>	<b>635</b>		<b>18,26</b>	<b>17,52</b>	<b>77,41</b>	<b>528,64</b>

Зав. производством  
 Зам. по питанию  
 Фельдшер

*Ф.Ш. Загирова*  
 Ф.Ш. Загирова  
*А.М. Фахрутдинова*  
 А.М. Фахрутдинова  
*Л. А. Сабирова*  
 Л. А. Сабирова