



Утверждаю

Директор "Полилингвальный образовательный комплекс"

"Адымнар-Алабута"

А.А. Адилев

МЕНЮ

на 08 сентября 2023 г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из моркови с сахаром	60		0,74	0,06	6,58	49,02
2	Котлеты говяжьи	90		10,18	11,75	15,77	183,40
3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5		4,61	6,92	27,79	207,00
4	Чай с мармеладом	190/10		0,09	0,02	11,91	48,15
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	20		1,320	0,24	7,920	40
	Итого:	545	64,19	18,46	19,15	79,81	574,17

5 – 10 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из моркови с сахаром	100		1,233	0,094	11,476	81,7
2	Котлеты говяжьи в томатном соусе	75/30		12,17	16,62	8,98	214,35
3	Каша гречневая рассыпчатая	180		5,51	4,76	40,85	271,76
4	Чай с мармеладом	190/10		0,09	0,02	11,91	48,15
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	625	58,00	21,84	21,89	90,98	702,56

Зав. производством

Зам по питанию

Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова

А.М.Фархутдинова

Л. А.Сабирова