



Утверждаю

Директор "Полилингвальный образовательный комплекс" "Адымнар-Алабуга"
А.А. Адилев

МЕНЮ

на 10 апреля 2023 г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Птица запеченная	90		10,610	15,964	0,000	202
3	Каша геркулесовая молочная с маслом	180/5		6,25	3,92	42,10	230,10
4	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	12,690	45
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	598	64,19	20,21	20,74	82,35	610,75

5 – 10 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
	Итого:	573	58,00	22,28	23,70	91,20	649,55

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Вафли	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
	Итого:	230	8,80	3,41	4,31	20,00	93,73

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп гороховый с картофелем, с мясом птицы	250/15		9,00	5,56	20,62	187,55
2	Запеканка творожная с молоком сгущенным	100/25		19,335	15,450	30,680	339,0
3	Чай без сахара, с яблоком	190/10		0,107	0,059	1,009	5
4	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	630	40	21,98	22,03	98,83	689,65
	Всего:	1801		67,88	70,78	292,38	2043,68

Зав. производством
Зам. по питанию
Фельдшер

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

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

МЕНЮ

на 10 апреля 2023г.
 (свободный выбор для учащихся 5-10 кл)

1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из белокачанной 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
	Итого:	928	81,00	33,05	32,59	128,21	921,00

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	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	860	81,00	27,79	24,29	100,43	753,85

3 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из моркови	100		1,233	0,094	11,476	81,7
2	Запеканка творожная с пшенной крупой	170/30		9,000	5,560	20,620	187,6
3	Компот из сухофруктов	200		0,662	0,090	32,014	133
4	Хлеб пшеничный	25		1,900	0,200	12,300	59
5	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	550	81,00	18,00	17,86	76,41	559,80

Зав. производством
 Зам. по питанию
 Фельдшер

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

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