

Утверждаю  
 Директор "Полилингвальный  
 образовательный комплекс"  
 "Адымнар-Алабуга"

А.А. Адилов

**МЕНЮ**  
 на 11 января 2024г

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стои мость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость
1	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60		0,84	3,61	4,96	55,68
2	Котлета из мяса птицы	90		10,20	12,93	13,79	198,00
3	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		4,11	3,55	30,79	202,80
4	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70
5	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
6	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>66,76</b>	<b>18,76</b>	<b>20,66</b>	<b>82,24</b>	<b>607,58</b>

**5 – 11 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100		1,41	6,01	8,26	92,80
2	Котлета из мяса птицы с картофельное пюре, с маслом сливочным	90/150/3		0,00	0,00	0,00	0,00
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>Итого:</b>	<b>603</b>	<b>66,76</b>	<b>7,19</b>	<b>6,67</b>	<b>54,14</b>	<b>267,40</b>

**Питание на сумму дотации**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Булочка детская	50		3,64	6,26	22,0	159
2	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16		0,08
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>9,20</b>	<b>3,80</b>	<b>6,42</b>	<b>22,00</b>	<b>159,08</b>

**Группы продленного дня**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Котлеты из мяса кур в томатном соусе	80/20		14,12	8,4406	14,5156	190,9
2	Каша гречневая рассыпчатая	180		10,52	2,75	47,67	256,76
3	Кисель	200		0,24	0,12	35,76	145,08
4	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>50,00</b>	<b>27,72</b>	<b>11,71</b>	<b>115,71</b>	<b>679,34</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1926</b>		<b>57,47</b>	<b>45,46</b>	<b>274,09</b>	<b>1713,40</b>

Зав. производством

Зам.по питанию

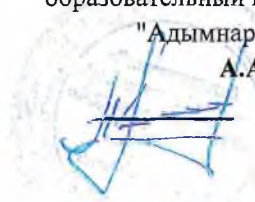
Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова

А.В.Пермякова

Л. А.Сабирова

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



**МЕНЮ**  
 на 11 января 2024г  
 (свободный выбор для учащихся 5-11кл )

**1 комплексный обед**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоим ость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть
1	Салат из белокочанной капусты	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	250/22/10		6,41	9,36	27,09	217,89
3	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50		9,15	5,62	7,80	105,00
4	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3		3,71	7,95	24,57	184,50
5	Компот из свежих яблок (75 С)	200		0,16	0,16	13,91	58,74
6	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
7	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>935</b>	<b>84,20</b>	<b>25,66</b>	<b>27,06</b>	<b>110,44</b>	<b>776,23</b>

**2 комплексный обед**

№	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Фрикассе из индейки	70/50		8,42	16,15	3,85	203,70
2	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	250/22/10		6,41	9,36	27,09	217,89
3	Спагетти отварные	180		6,79	0,80	38,30	187,56
4	Огурцы соленые (доп.гарнир)	45		0,36	0,05	0,77	4,50
5	Запеканка творожная со сгущенным молоком	170/30		0,07	0,02	9,98	40,00
6	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,00
7	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
8	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого:</b>	<b>912</b>	<b>84,20</b>	<b>25,28</b>	<b>26,84</b>	<b>99,95</b>	<b>752,15</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1895</b>		<b>25,28</b>	<b>26,84</b>	<b>99,95</b>	<b>752,15</b>

Зав. производством  
 Зам.по питанию  
 Фельдшер

*Ф.Ш. Зангирова*  
*А.В. Пермякова*  
*Л.А. Сабирова*

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