

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

**МЕНЮ**  
 на 1 апреля 2023 г

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	60		7,03	7,94	19,75	178,50
2	Овощи тушеные с мясом	50/150		5,10	5,38	22,34	191,35
3	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,20
4	Печенье	30		2,22	2,82	1,71	12,90
5	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>64,19</b>	<b>16,14</b>	<b>15,18</b>	<b>66,53</b>	<b>455,30</b>

**5 – 10 классы**

№ п/п	Наименование продуктов						
1	Салат из зеленого горошка к/с	100		2,982	7,76	6,251	84
2	Овощи тушеные с мясом	50/200		13,33	13,28	43,58	346,67
3	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,420	54
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,760	71
5	Хлеб ржаной	40		2,640	0,480	15,840	79
	<b>Итого:</b>	<b>620</b>	<b>58,00</b>	<b>21,47</b>	<b>21,85</b>	<b>92,85</b>	<b>654,17</b>

**Питание на сумму дотации**

№ п/п	Наименование продуктов						
1	Печенье	30		2,22	2,82	21,9	122,1
2	Чай "Витаминный"	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,20
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>8,80</b>	<b>2,4</b>	<b>3,0</b>	<b>32,5</b>	<b>165,3</b>

**Группы продленного дня**

№ п/п	Наименование продуктов						
1	Суп картофельный с фасолью с мясными фрикадельками	250/11		7,312	6,63	28,340	155
2	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200/5		8,27	9,50	37,57	270,00
3	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,420	54
4	Хлеб ржаной	30		1,980	0,360	11,880	59
	<b>Итого:</b>	<b>696</b>	<b>40</b>	<b>17,81</b>	<b>17,66</b>	<b>78,33</b>	<b>538,42</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1987</b>		<b>57,82</b>	<b>57,69</b>	<b>270,21</b>	<b>1813,19</b>

Зав. производством  
 Зам. по питанию  
 Фельдшер

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

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

**МЕНЮ**  
 на 11 апреля 2023г.  
 (свободный выбор для учащихся 5-10 кл)

**1 комплексный обед**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50		4,960	10,78	15,550	179
2	Суп картофельный с фасолью с мясными фрикадельками	250/11		7,312	6,63	28,340	155
3	Овощи тушеные с мясом	50/200		13,33	13,28	43,58	346,67
4	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,420	54
5	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,840	47
6	Хлеб ржаной	30		1,980	0,360	11,880	59
	<b>Итого:</b>		<b>81.00</b>	<b>29,34</b>	<b>31,30</b>	<b>121,61</b>	<b>841,02</b>

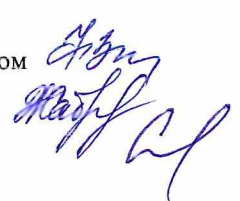
**2 комплексный обед**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат "Витаминный"	100		4,36	5,22	22,15	154,90
2	Суп картофельный с фасолью с мясными фрикадельками	250/11		7,31	6,63	28,34	154,82
3	Индейка, тушеная с яблоками	60/40		10,30	8,97	14,48	133,47
4	Картофель запеченный дольками	180		4,73	8,30	27,26	217,14
5	Напиток из цитрусов	200		0,4	0,1	23,690	139
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>886</b>	<b>81.00</b>	<b>30,27</b>	<b>29,68</b>	<b>135,65</b>	<b>895,63</b>

**3 комплексный обед**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат "Витаминный"	100		4,36	5,22	22,15	154,90
2	Сырники с морковью с молоком сгущенным	160/40		26,08	23,72	59,46	554,75
3	Напиток из цитрусов	200		0,4	0,1	23,690	139
4	Хлеб пшеничный	25		1,900	0,200	12,300	59
5	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>81.00</b>	<b>23,60</b>	<b>23,72</b>	<b>95,45</b>	<b>693,55</b>

Зав. производством  
 Зам.по питанию  
 Фельдшер



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