

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



МЕНЮ
 на 12 апреля 2023 г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость
1	Салат из свеклы отварной	60		0,84	3,61	4,96	55,68
2	Котлеты из мяса кур	90		11,85	8,06	18,53	198,00
3	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,13	8,43	20,51	170,25
4	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
5	Хлеб пшеничный	35		2,660	0,280	17,220	82
6	Хлеб ржаной	25		1,650	0,300	9,900	50
	Итого:	565	64,19	20,20	20,70	81,11	595,68

5 – 10 классы

№ п/п	Наименование продуктов						
1	Салат из свеклы отварной	100		0,84	3,61	4,96	55,68
2	Котлеты из мяса кур в томатном соусе	80/30		10,05	9,40	16,31	202,54
3	Пюре картофельное	180		3,68	5,76	20,53	154,70
4	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	30		1,980	0,360	11,880	59
	Итого:	640	58,00	18,14	19,31	73,51	559,32
Питание на сумму дотации							
№ п/п	Наименование продуктов						
1	Булочка	50		3,64	6,26	22,0	159
2	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
	Итого:	250	8,80	3,7	6,3	32,0	199,0
Группы продленного дня							
№ п/п	Наименование продуктов						
1	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	250/22/10		6,41	9,36	27,09	217,89
2	Шарлотка с яблоками	100		3,71	4,74	39,61	209,80
3	Чай с сахаром	200		0,07	0,12	35,76	145,08
4	Хлеб ржаной	40		2,640	0,480	15,840	79
	Итого:	622	40,00	18,11	19,32	102,46	651,97
	Всего:	1987		60,17	65,61	289,08	2005,97

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 12 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 свеклы отварной	100		0,84	3,61	4,96	55,68
2	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	250/22/10		6,41	9,36	27,09	217,89
3	Котлеты из мяса кур в томатном соусе	80/30		10,05	9,40	16,31	202,54
4	Пюре картофельное	180		3,68	5,76	20,53	154,70
5	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
6	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
7	Хлеб ржаной	40		2,640	0,480	15,840	79
	Итого:	942	81,00	25,97	28,87	109,48	820,51

2 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из квашенной капусты	100		1,71	5,00	8,46	85,70
2	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	250/22/10		6,41	9,36	27,09	217,89
3	Бефстроганов из говядины	50/50		7,52	14,10	4,12	190,00
4	Каша гречневая рассыпчатая	180		10,52	2,76	47,68	256,80
5	Кисель	200		0,60	0,10	20,20	83,60
6	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
7	Хлеб ржаной	25		1,650	0,300	9,900	50
	Итого:	907	81,00	29,93	31,79	127,29	930,49

3 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Каша овсянная молочная с фруктами	50/200		13,43	15,92	37,90	350,00
2	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
3	Хлеб пшеничный	50		3,800	0,400	24,600	118
4	Хлеб ржаной	50		3,300	0,600	19,800	100
	Итого:	550	81,00	17,30	17,54	80,01	567,50

Зав. производством

Ф.Ш.Зангирова

Зам.по питанию

С.А Жабрикова

Фельдшер

Л. А.Сабирова