

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

МЕНЮ

на 14 апреля 2023 г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимо сть	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть
1	Салат из кукурузы к/с/	60		1,23	2,11	4,92	59,58
2	Плов из говядины с рисом	50/150		16,03	18,16	45,91	415,89
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	20		1,900	0,200	12,300	59
5	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	505	64,19	20,59	20,77	82,04	618,87

5 – 10 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из кукурузы к/с(доп.гарнир)	50		1,03	1,76	4,10	49,65
2	Плов из говядины с рисом	50/200		18,97	20,36	54,79	509,83
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
5	Хлеб ржаной	30		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	595		23,28	22,64	89,62	701,03

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Бутерброд с маслом	30/10		2,36	7,49	14,9	136
2	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70
	Итого:	240	8,80	2,4	8,2	26,5	189,3

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп картофельный с мясом говядины	250/15		5,74	8,92	16,92	128,83
2	Ватрушка с повидлом	75		4,46	2,98	44,12	222,00
3	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10,00	40,00
4	Хлеб ржаной	20		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	580		18,65	18,36	76,88	549,23
	Всего:	1920	35,00	64,92	69,97	275,04	2058,43

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 14 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 свежей капусты с морковью	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Суп картофельный с мясом говядины	250/15		5,74	8,92	16,92	128,83
3	Плов из говядины с рисом	50/200		18,97	20,36	57,79	509,83
4	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
5	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
6	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
7	Итого:	895	81.00	31,81	33,39	127,69	917,31

2 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из свежей капусты с морковью	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Суп картофельный с мясом говядины	250/15		5,74	8,92	16,92	128,83
3	Плов из говядины с рисом	50/200		18,97	20,36	57,79	509,83
4	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
5	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
6	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
7	Итого:	895	81.00	31,81	33,39	127,69	917,31

3 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из свежей капусты с морковью	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Пудинг творожный с повидлом	170/30		27,95	24,03	57,33	557,40
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,99	45,05
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	23,61	24,14	96,99	712,35

Зав. производством

Зам. по питанию

Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова

С.А Жабрикова

Л. А.Сабилова