

Директор "Полилингвальный
образовательный комплекс"
"Адымнар-Алабуга"

Директор: "Полу-образователь"
"Ады"

на 15 апреля 2025г.

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование продуктов</i>	<i>Выход, гр</i>	<i>Цена</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>Калори йность</i>
1	Салат из отварной свеклы	60		0,84	3,61	4,96	55,68
2	Биточки рыбные со сметанным соусом	75/20		8,46	6,82	12,18	148,32
3	Пюре картофельное	150		3,20	4,17	18,78	132,00
4	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
5	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
6	Хлеб ржаной	30	69,43	1,98	0,36	11,88	59,40

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование продуктов</i>	<i>Выход, гр</i>					
1	Салат из отварной свеклы	100		1,41	6,01	8,26	92,80
2	Биточки рыбные с картофельным пюре и сметанным соусом	75/150/20		11,66	10,99	30,96	280,32
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
4	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
5	Хлеб ржаной	40		3,04	0,32	19,68	94,00
	Итого:	605	69,43	17,69	17,50	78,75	554,12

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование продуктов</i>	<i>Выход, гр</i>					
1	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6
2	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,44	54,20
	Итого:	220	9,60	1,70	2,59	21,24	117,80

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп картофельный с мясом	250/10		5,14	3,2	16,92	128,83
2	Запеканка из творога с повидлом	100/20		8,81	7,7	21,24	187,00
3	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,12	0,02	13,69	55,86
4	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57
	Итого:	620	65	19,44	17,51	63,03	505,26
	Всего:	1475,00		40,81	37,96	174,90	1236,58

Ф.Ш.Зангирова

Л.А.Сабирова

С.А.Жабрикова