



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

МЕНЮ
на 17 октября 2023г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоим ость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость
1	Фрукты и ягоды свежие (апельсин)	100		0,8	0,20	8,1	43,0
2	Сыр порционно	10		2,63	2,66	0,00	34,33
3	Гуляш из говядины	50/50		10,45	10,71	22,89	221,00
4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5		4,61	6,92	27,79	207,00
5	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,00
6	Хлеб пшеничный	25		1,54	0,20	12,30	58,75
	Итого:	550	64,19	20,16	20,71	81,23	606,08

5 – 11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сыр порционно	10		2,63	2,66	0,00	34,33
2	Гуляш из говядины	50/50		10,45	11,71	22,89	221,00
3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3		5,55	6,93	37,71	276,56
4	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,00
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	553	58,00	22,92	21,96	96,48	700,09

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Вафли	30		3,30	4,25	9,0	49,07
2	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,10
	Итого:	230	8,80	3,4	4,3	19,2	89,3

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рагу из птицы	50/200		13,08	13,18	24,22	268,60
2	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,112	0,018	10,15	41,32
3	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	Итого:	490	40,00	16,03	13,60	52,13	396,52

Зав. производством

Ф.Ш.Зангилова

Зам.по питанию

А.М.Фахрутдинова

Фельдшер

Л. А.Сабилова