

Утверждаю
 Директор "Популингвальный образовательный комплекс" "Иктымнар-Алабуга"
 А.Г. Махмутов

МЕНЮ
 на 19 марта 2025г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Плов из куриной грудки с рисовой крупой	50/150		16,34	18,47	39,55	378,25
3	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
4	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
5	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	545	69,43	20,07	19,33	79,72	564,92

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Плов из куриной грудки с рисовой крупой	50/150		16,34	18,47	39,55	378,25
3	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
4	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	550	69,43	20,35	19,41	81,22	572,97
	Питание на сумму дотации						
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Пирожки	35		2,07	1,65	26,3	128,1
2	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10,01	40,00
	Итого:	235	9,6	2,14	1,67	36,31	168,10

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2,025	6,45	8,2625	105,95
2	Салатка в тесте запеченная	100		9,6	13,84	26,9	271,00
3	Компот из фруктов и ягод	200		0,16	0,16	27,88	114,6
4	Хлеб сдобный белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57
	Итого:	600	65,00	17,16	27,04	74,22	625,12
	Всего:	1930,00		59,72	67,45	271,47	1931,11

Зав. производством
 О.М. по плану
 Ф.И.О. пр.

Ф.И.О. пр.

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