



Утверждаю

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

МЕНЮ

на 20 октября 2023 г

1 – 4 классы

| № п/п | Наименование продуктов | Выход, гр | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийн ость |
|-------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------------|
| 1 | Фрукты и ягоды свежие (яблоки) | 100 | | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 2 | Котлеты говяжьи | 90 | | 10,18 | 13,75 | 11,77 | 183,40 |
| 3 | Гороховое пюре с маслом сливочным | 150/5 | | 5,62 | 5,04 | 34,99 | 208,50 |
| 4 | Чай с сахаром | 190/10 | | 0,07 | 0,02 | 10 | 40 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| 6 | Хлеб ржаной | 20 | | 1,320 | 0,24 | 7,920 | 40 |
| | Итого: | 585 | 64.19 | 19,11 | 19,61 | 84,32 | 565,50 |

5 – 11 классы

| № п/п | Наименование продуктов | Выход, гр | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийн ость |
|-------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------------|
| 1 | Салат из моркови с сахаром | 100 | | 1,233 | 0,094 | 11,476 | 81,7 |
| 2 | Котлеты говяжьи в томатном соусе | 75/30 | | 12,17 | 16,62 | 8,98 | 214,35 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | | 5,51 | 4,76 | 40,85 | 271,76 |
| 4 | Чай с мармеладом | 190/10 | | 0,09 | 0,02 | 11,91 | 48,15 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| 6 | Хлеб ржаной | 20 | 58.00 | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 |
| | Итого: | 625 | | 21,84 | 21,89 | 90,98 | 702,56 |

Питание на сумму дотации

| № п/п | Наименование продуктов | Выход, гр | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийн ость |
|-------|------------------------|------------|-------------|------------|------------|-------------|------------------|
| 1 | Печенье (крекер) | 30 | | 2,25 | 2,94 | 22,3 | 125,1 |
| 2 | Чай с сахаром | 190/10 | | 0,07 | 0,02 | 10,01 | 40,00 |
| | Итого: | 230 | 8.80 | 2,3 | 3,0 | 32,3 | 165,1 |

Группы продленного дня

| № п/п | Наименование продуктов | Выход, гр | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийн ость |
|-------|-------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------------|
| 1 | Суп крестьянский с крупой с птицей, со сметаной | 250/10/7 | | 4,00 | 7,82 | 6,38 | 113,78 |
| 2 | Печенье | 50 | | 3,75 | 4,9 | 37,2 | 208,50 |
| 3 | Компот из сухофруктов | 200 | | 0,24 | 0,14 | 31,84 | 116 |
| 4 | Хлеб ржаной | 20 | | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 |
| | Итого: | 717 | 40.00 | 9,31 | 13,10 | 83,34 | 477,88 |
| | Всего: | 1940 | | 32,06 | 35,91 | 207,91 | 1248,08 |

Зав. производством

Ф.Ш.Зангирова

Зам. по питанию

А.М.Фахрутдинова

Фельдшер

Л. А.Сабилова