

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



МЕНЮ
 на 20 ноября 2023 г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Птица запеченная	90		9,820	15,964	0,000	202
2	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		5,10	2,85	39,56	186,10
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	12,690	45
4	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
5	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	503	64,19	19,390	19,43	79,85	566,75

5 – 10 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Птица запеченная	100		9,870	17,720	0,000	210,4
2	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	200/3		7,380	5,198	49,610	244
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
5	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	573	58,00	22,28	23,70	91,20	649,55

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сушки	30		1,17	9,18	18,8	162,6
2	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70
	Итого:	230	8,80	3,41	4,31	20,00	93,73

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Фрикадельки мясные в томатно-сметанном соусе	55/50		8,5	11,21	10,61	180,00
2	Каша гречневая рассыпчатая	180		10,524	2,76	47,676	256,80
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40
4	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	Итого:	525	40	21,93	14,39	86,06	563,40
	Всего:	1601		67,01	61,83	277,11	1873,43

Зав. производством

Зам. по питанию

Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова

А. М. Фахрутдинов

Л. А. Сабирова

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



МЕНЮ
 на 20 ноября 2023г
 (свободный выбор для учащихся 5-11 кл.)

1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из белокочанной капусты	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Суп гороховый с картофелем, с мясом птицы	250/15		9,00	5,56	20,62	187,55
3	Птица запеченная	100		9,870	17,720	0,000	210,4
4	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3		7,380	5,198	49,610	244
5	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	10,990	45
6	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
7	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	928	81.00	33,05	32,59	128,21	921,00

2 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из моркови	100		1,233	0,094	11,476	81,7
2	Суп гороховый с картофелем, с мясом птицы	250/15		9,000	5,560	20,620	187,6
3	Азу по-татарски	50/200		13,720	18,090	16,580	255
4	Компот из сухофруктов	200		0,662	0,090	32,014	133
5	Сырники творожные с молоком сгущенным	160/40		0,40	0,10	23,69	138,80
6	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
7	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	860	81.00	27,79	24,29	100,43	753,85

Зав. производством
 Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова
 Л. А.Сабилова