



Утверждаю

Директор Подлинный образовательный комплекс «Адильяр-Алабуга»
А.А. Адилев

МЕНЮ
на 22 сентября 2023 г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
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	Калорийность
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	Калорийность
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	Калорийность
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. Сабирова