

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



МЕНЮ
 на 25 октября 2023 г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из свеклы отварной	60		0,84	3,61	4,96	55,68
2	Котлеты из мяса кур	90		11,85	8,06	18,53	198,00
3	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,13	8,43	20,51	170,25
4	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
5	Хлеб пшеничный	35		2,660	0,280	17,220	82
6	Хлеб ржаной	25		1,650	0,300	9,900	50
	Итого:	565	64,19	20,20	20,70	81,11	595,68

5 – 11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Котлеты из мяса кур в томатном соусе	80/30		10,05	11,40	16,61	202,54
2	Пюре картофельное	180		3,68	5,76	20,53	154,70
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
4	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
5	Хлеб ржаной	40		2,640	0,480	15,840	79
	Итого:	640	58,00	17,96	17,82	72,82	523,44
	Питание на сумму дотации						
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Вафли	50		3,64	6,26	22,0	159
2	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00
	Итого:	250	8,80	3,7	6,3	32,0	199,0
	Группы продленного дня						
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Биточки рыбные в сметанном соусе	80/20		10,04	7,21	12,80	156,83
2	Макароны отварные с маслом сливоч	180/3		6,83	2,93	38,29	206,96
3	Кисель	200		0,24	0,12	35,76	145,08
4	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	Итого:	523	40,00	19,95	10,65	104,61	595,47
	Всего:	1987		61,82	55,45	290,54	1913,59

Зав. производством
 Зам. по питанию
 Фельдшер

Ф.Ш. Зангирова
А.М. Фахрутдинова
Л. А. Сабирова

Ф.Ш. Зангирова
 А.М. Фахрутдинова
 Л. А. Сабирова