

Утверждаю
Директор "Полилингвальный
образовательный комплекс"
"Адымнар-Алабуга"
А.Г.Махмутов

МЕНЮ
на 27 марта 2025г

(для пришкольных лагерей дневного пребывания с 12 лет и старше)

Завтрак

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоим ость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть
1	Фрукты (Яблоки)	100		40,00	0,40	9,80	47,00
2	Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,13	66,00
3	Каша пшенная молочная с маслом сливочном	200/5		8,40	10,80	43,30	304,60
4	Какао с молоком	200		4,08	3,54	17,58	118,60
5	Батон высший сорт	50		3,75	1,45	25,70	131,00
	Итого:	565		23,12	23,24	94,77	663,17

Обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из картофеля с солеными огурцами	100		1,22	7,84	8,96	111,4
2	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	250/10		1,80	6,50	9,50	111,50
3	Плов из отварных куриных грудок	50/200		13,72	6,42	53,43	327,00
4	Напиток из шиповника	200		0,68	0,28	10,78	48,20
5	Хлеб пшеничный	50		0,380	0,040	24,600	118
6	Хлеб ржаной	50		3,30	0,60	19,80	99,00
	Итого:	910		26,41	28,52	116,30	715,55

Зав. производством

Фельдшер

Зам.по питанию

Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабинова

С.А.Жабрикова