



Утверждаю
Директор Подлинный
образовательный комплекс
"Алимнар-Алабуга"
А.А. Адилов

МЕНЮ
на 28 сентября 2023 г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	100		0,80	0,20	8,05	43,00
2	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40		7,284	11,790	6,738	133,99
3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		5,10	2,85	33,76	176,10
4	Напиток из свежих фруктов (75С)	200		0,34	0,17	9,99	63,60
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
	Итого:	573	64,19	15,04	15,17	68,38	463,69

5 – 11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40		7,284	11,790	8,738	124
2	Макаронные изделия отварные	180		6,100	2,980	38,300	187
3	Напиток из свежих фруктов (75 С)	200		0,34	0,17	11,48	63,60
4	Хлеб пшеничный	35		2,66	0,28	17,22	82,25
5	Хлеб ржаной	35		2,310	0,420	13,860	69
	Итого:	550	58,00	18,69	18,62	78,12	526,14

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Пряник	30		3,60	1,77	22,5	109,8
2	Напиток из шиповника	200		0,34	0,17	11,48	63,60
	Итого:	230	8,80	3,9	1,9	34,0	173,4

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Жаркое из птицы	50/150		17,01	15,27	41,76	373,54
2	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40
3	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
4	Итого:	440	40	19,92	15,69	69,53	500,14
	Всего:	1987		37,68	35,73	180,48	1163,23

Зав. производством

Ф.Ш. Загирова

Фельдшер

Л. А. Сабирова

Зам. по питанию

А.М. Фахрутдинова