



Утверждаю

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

**МЕНЮ**

на январь 2024г

**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	Плов из говядины с рисовой крупой	50/150		15,95	19,55	39,75	408,42
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
4	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
5	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>66,76</b>	<b>19,64</b>	<b>20,41</b>	<b>79,78</b>	<b>593,77</b>

**5-11 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Плов из говядины с рисовой крупой	50/200		18,97	23,12	51,79	509,8
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
4	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>66,76</b>	<b>22,94</b>	<b>24,06</b>	<b>93,32</b>	<b>703,20</b>

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6
2	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,44	54,20
	<b>Итого:</b>	<b>220</b>	<b>9,20</b>	<b>1,70</b>	<b>2,59</b>	<b>21,24</b>	<b>117,80</b>

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рассольник ленинградский с мясом птицы, со сметаной	250/10/10		4,62	8,45	12,37	149,65
2	Булочка "Детская"	50		3,39	6,98	21,07	160,50
3	Напиток из свежих яблок	200		0,16	0,16	27,88	114,6
4	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>50</b>	<b>9,49</b>	<b>15,83</b>	<b>69,24</b>	<b>464,35</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1905</b>		<b>53,77</b>	<b>62,89</b>	<b>263,58</b>	<b>1879,12</b>

Зам. директора по АХЧ

Р.Р. Молостова

Отв. по питанию

А.В.Пермякова

Фельдшер

Л. А.Сабирова