

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



**МЕНЮ**  
 на 6 марта 2026г

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Салат из фасоли и кукурузы к/с ,с солеными огурцами и гренками	100		1,26	0,82	12,68	62,87
2	Котлета из мяса птицы с рисом отварным рассыпчатым, с маслом сливочным	75/150/5		15,04	16,11	49,07	404,85
3	Какао с молоком	200		1,58	3,54	7,60	78,60
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>77,76</b>	<b>20,16</b>	<b>20,71</b>	<b>84,10</b>	<b>616,82</b>

**5-11 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из фасоли и кукурузы к/с ,с солеными огурцами и гренками	100		2,18	1,37	19,14	104,79
2	Котлета из мяса птицы с рисом отварным рассыпчатым, с маслом сливочным	75/180/5		17,08	21,43	56,60	480,76
3	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,43	54,20
4	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
	<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>83,20</b>	<b>21,40</b>	<b>23,09</b>	<b>100,47</b>	<b>698,50</b>

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сушки	30		3,21	0,36	21,4	101,7
2	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	27,88	114,60
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>10,70</b>	<b>3,4</b>	<b>0,5</b>	<b>49,3</b>	<b>216,3</b>

**Группы продленного дня**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Солянка по- домашнему, со сметаной	250/10		8,29	10,63	7,53	184,83
2	Овощное рагу	180		3,03	18,84	14,74	243,43
3	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,115	0,025	10,16	41,70
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,84	0,40	17,76	86,60
	<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>66,70</b>	<b>14,28</b>	<b>29,90</b>	<b>50,19</b>	<b>556,56</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1495,00</b>		<b>39,04</b>	<b>53,50</b>	<b>199,94</b>	<b>1471,36</b>

Зав. производством

Фельдшер

*С.И. Зангирова*  
*Л.А. Сабирова*

Ф.Ш.Зангирова

Л.А.Сабирова