

Утверждаю

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



МЕНЮ

на 6 мая 2026г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из квашенной капусты	60		1,06	1,18	16,85	84,85
2	Плов из говядины с рисовой крупой	50/50		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
	Итого:	505	77,76	19,87	20,72	80,09	597,68

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из квашенной капусты	100		1,06	1,18	16,85	84,85
2	Плов из говядины с рисовой крупой	50/200		18,97	23,12	51,79	509,80
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
	Итого:	600	83,20	23,64	23,86	87,32	678,20

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6
2	Чай с сахаром с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,99	44,70
	Итого:	220	10,70	1,6	2,6	19,8	108,3

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Суп -лапша с картофелем ,с мясом птицы	250/10		5,65	6,10	11,62	132,55
2	Омлет натуральный	100		10,10	11,27	1,79	149,06
3	Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	10,99	44,70
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,84	0,40	17,76	86,60
	Итого:	700	66,70	18,70	17,83	42,16	412,91

Зав.производством

Ф.Ш.Зангирова

Фельдшер

Л.А.Сабилова