

Утверждаю

Директор "Педлингвальный образовательный комплекс" «Адьянар-Алабуга»  
А.Г.Махмутов



**МЕНЮ**  
на 11 декабря 2024г.

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Сыр порционнно	10		2,63	2,66	0,00	34,33
2	Гуляш из кур грудок	50/50		10,39	14,79	10,30	221,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	150		3,77	2,29	39,72	214,00
4	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
5	Хлеб ржаной	50		3,30	0,60	19,80	99,00
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>66,76</b>	<b>20,20</b>	<b>20,36</b>	<b>79,97</b>	<b>609,65</b>

**5-11 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Сыр порционнно	10		2,63	2,66	0,00	34,33
2	Гуляш из кур грудок	50/50		10,39	14,79	10,30	221,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	180		4,55	4,93	47,71	276,60
4	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
5	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
6	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>66,76</b>	<b>21,84</b>	<b>23,04</b>	<b>93,84</b>	<b>699,45</b>

**Питание на сумму дотации**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Пряники	35		2,07	1,65	26,3	128,1
2	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	<b>Итого:</b>	<b>235</b>	<b>9,20</b>	<b>2,14</b>	<b>1,67</b>	<b>36,31</b>	<b>168,10</b>

**Группы продленного дня**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Суп гороховый на мясном бульоне, с гренками	250/10		9,67	48,26	27,35	607,48
2	Блины с повидлом	90/20		6,56	5,48	47,42	263,00
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	9,52	38,1
4	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57
	<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>50</b>	<b>21,67</b>	<b>60,35</b>	<b>95,47</b>	<b>1042,15</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1905,00</b>		<b>65,85</b>	<b>105,42</b>	<b>305,59</b>	<b>2519,35</b>

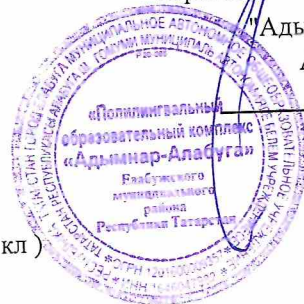
Зав.производством

Ф.Ш.Зангирова

Фельдшер

Л.А.Сабилова

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



**МЕНЮ**  
 на 11 декабря 2024г  
 (свободный выбор для учащихся 5-11кл)

**1 комплексный обед**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Сыр порционнно	10		2,63	2,66	0,00	34,33
2	Суп гороховый с картофелем, на мясном бульоне	250		5,49	5,27	16,54	148,25
3	Гуляш из куриных грудок	100		11,28	16,71	9,00	221,74
4	Каша гречневая рассыпчатая	180		5,51	5,76	37,65	256,76
5	Чай с сахаром ,с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,00
6	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
7	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>84,2</b>	<b>28,13</b>	<b>26,24</b>	<b>117,88</b>	<b>852,04</b>

**2 комплексный обед**

№	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Морковь свежая дольками	100		1,30	0,10	6,90	35,00
2	Суп гороховый с картофелем, на мясном бульоне	250		5,49	5,27	16,54	148,25
3	Капуста тушеная	180		3,67	5,30	22,72	118,60
4	Куриная грудка запеченная	100		9,87	7,72	0,00	210,40
5	Компот из изюма и яблок	200		0,25	0,12	28,87	118,40
6	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
7	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого:</b>	<b>912</b>	<b>84,2</b>	<b>18,61</b>	<b>19,55</b>	<b>122,03</b>	<b>733,89</b>

Зав. производством  
 Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабилова