

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

**МЕНЮ**  
 на 16 декабря 2024г.

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
2	Сырники из творога с кашей пшеничной молочной с маслом сливочным	60/180/5		16,02	18,13	42,98	386,40
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
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>66,76</b>	<b>20,14</b>	<b>18,78</b>	<b>79,59</b>	<b>558,75</b>

**5-11 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
2	Сырники из творога с кашей пшеничной молочной с маслом сливочным	60/220/3		17,90	21,21	47,96	442,60
3	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,43	54,20
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
5	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>66,76</b>	<b>23,06</b>	<b>22,02</b>	<b>90,99</b>	<b>646,50</b>

**Питание на сумму дотации**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Сушки	30		3,21	0,36	21,4	101,7
2	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,99	44,70
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>9,20</b>	<b>3,32</b>	<b>0,42</b>	<b>32,39</b>	<b>146,40</b>

**Группы продленного дня**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Борщ из свежей капусты на курином бульоне, со сметаной	250/7		1,98	5,97	11,18	115,09
2	Макаронные изделия отварные с котлетой куриной, с маслом сливочным	150/50/3		14,36	7,6	40,03	286,10
3	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	132,8
4	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>50</b>	<b>22,37</b>	<b>20,25</b>	<b>94,40</b>	<b>667,56</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1983,00</b>		<b>68,89</b>	<b>61,47</b>	<b>297,37</b>	<b>2019,21</b>

Зав.производством  
 Фельдшер  
 Ф.Ш.Зангирова  
 Л.А.Сабирова

Утверждаю  
Директор "Полилингвальный  
"Адымнар-Алабуга"

**А.Г. Махмутов**

## МЕНЮ

на 16 декабря 2024г

(свободный выбор для учащихся 5-11 кл.)

### 1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоим ость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть
1	Борщ из свежей капусты с картофелем, мясными фрикадельками и сметаной	250/10/7		2,98	5,97	11,18	115,08
2	Сырники из творога	60		11,28	10,72	12,25	204,40
3	Каша пшенная молочная	220		8,17	4,92	40,61	220,90
4	Чай витаминный с ягодами	185/10/5		0,24	0,09	12,42	54,00
5	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
6	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	<b>Итого:</b>	<b>907</b>	<b>84,2</b>	<b>28,26</b>	<b>26,81</b>	<b>115,66</b>	<b>844,45</b>


### 2 комплексный обед

№	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из моркови	100		1,23	0,09	11,48	81,70
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, мясными фрикадельками и сметаной	250/10/7		4,98	7,02	11,30	144,51
3	Котлеты из мяса кур в томатном соусе с овощами	80/30		9,09	16,28	16,93	136,37
4	Картофель запеченный дольками	180		4,73	8,30	27,26	217,14
5	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	133,00
6	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
8	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого:</b>	<b>895</b>	<b>84,2</b>	<b>27,45</b>	<b>26,23</b>	<b>120,28</b>	<b>856,26</b>

Зав. производством

Фельдшер

 Ф.Ш.Зангирова

 Л. А.Сабирава