

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

МЕНЮ
на 20 января 2025г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
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
	Итого:	500	69,43	20,14	18,78	79,59	558,75

5-11 классы



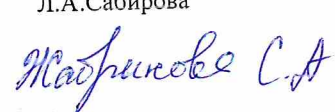
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
2	Сырники из творога с кашей пшеничной молочной с маслом сливочным	60/220/3		17,90	21,21	47,96	442,60
3	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		0,24	0,09	12,43	54,20
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
5	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	553	69,43	23,06	22,02	90,99	646,50

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
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
	Итого:	230	9,60	3,32	0,42	32,39	146,40

Группы продленного дня

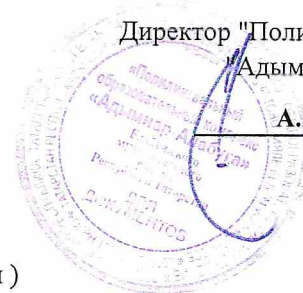
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Борщ из свежей капусты на курином бульоне, со сметаной	250/7		1,98	5,97	11,18	115,09
2	Макаронные изделия отварные с котлетой куриной, с маслом сливочным	150/50/3		14,36	7,6	40,03	286,10
3	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	132,8
4	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57
	Итого:	700	65	22,37	20,25	94,40	667,56
	Всего:	1983,00		68,89	61,47	297,37	2019,21

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


Утверждаю

Директор "Полилингвальный
"Адымнар-Алабуга"

А.Г. Махмутов



МЕНЮ

на 20 января 2024г

(свободный выбор для учащихся 5-11 кл)

1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
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 пшеничная 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
	Итого:	907	104,60	28,26	26,81	115,66	844,45

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
	Итого:	895	104,60	27,45	26,23	120,28	856,26

Зав. производством

Фельдшер

Зам.по питанию

Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабирова

С.А.Жабрикова