



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

МЕНЮ
 на 23 марта 2026г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Сырники из творога с кашей молочной "Дружба" с маслом сливочным	60/150/5		10,55	11,85	39,40	324,45
3	Кофейный напиток с молоком	200		3,2	2,7	6,0	60,7
4	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	545	77,76	16,10	15,29	67,08	491,55

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Сырники из творога с кашей молочной "Дружба" с маслом сливочным	60/200/3		16,29	18,33	59,51	459,80
3	Кофейный напиток с молоком	200		3,2	2,7	6,0	60,7
4	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	603	83,20	22,50	21,89	91,15	646,70

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Печенье	20		1,46	2,50	8,8	63,6
2	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	Итого:	220	10,70	1,53	2,52	18,81	103,60

Группы продленного дня

1	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/7		1,98	5,97	11,18	115,09
2	Жаркое с отварной индейкой	40/160		12,17	28,17	21,04	387,47
3	Чай с сахаром	200		2,84	0,40	17,76	86,60
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		17,06	34,56	59,99	629,16
	Итого:	697	66,70	34,12	69,12	119,99	1258,31

Зав.производством

Ф.Ш.Зангирова

Фельдшер

Л.А.Сабилова