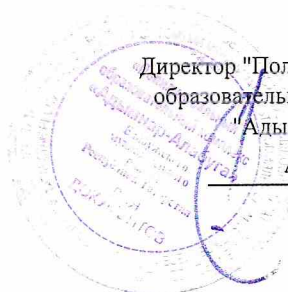


Утверждаю
 Директор "Полилингвальный
 образовательный комплекс"
 "Адымнар-Алабуга"
 А.Г.Махмутов



МЕНЮ
 на 24 января 2025г

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	47,09
2	Овощи тушеные с мясом	50/150		12,48	15,68	19,34	271,50
3	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	Итого:	530	69,43	15,82	16,41	65,93	481,80

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	Овощи тушеные с мясом	50/150		12,48	15,68	19,34	271,50
3	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	560	69,43	17,80	16,77	77,81	541,20

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 с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,99	44,70
	Итого:	220	9,60	1,57	2,56	19,79	108,30

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп крестьянский с крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/10/7		3,66	7,14	6,42	107,20
2	Каша ячневая молочная с мясными тефтелями	150/50		11,88	11,00	38,77	301,20
3	Кисель	200		0,6	0,1	30,2	123,6
4	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57
	Итого:	707	65,00	21,51	24,83	86,57	665,57
	Всего:	2017,00		56,70	60,57	250,10	1796,87

Отв. по питанию
 Зав.производством
 Фельдшер

Жабрикова
Зангирова
Сабинова

С.А.Жабрикова
 Ф.Ш.Зангирова
 Л.А.Сабинова

Утверждаю
Директор "Полилингвальный
образовательный комплекс
"Адымнар-Алабуга"

А.Г.Махмутов

МЕНЮ
на 24 декабря 2025г
(свободный выбор для учащихся 5-11 кл.)

1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Суп картофельный с рыбой	250		3,98	13,74	9,32	100,03
3	Овощи тушеные с мясным фаршем	50/200		13,33	13,28	43,58	346,67
5	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	93,00
6	Хлеб пшеничный	40		3,040	0,320	19,680	94
7	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	880	104,6	26,69	28,31	120,25	806,80

2 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из моркови с сыром	100		3,62	7,73	3,18	120,75
2	Суп картофельный с рыбой	250		3,98	13,74	9,32	100,03
3	Котлета из мяса птицы	100		15,82	17,70	16,44	288,00
4	Рис отварной рассыпчатый	180		5,45	11,45	44,12	262,64
5	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	9,98	40,00
6	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
7	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	875	104,6	26,66	27,10	112,10	787,17

Зам.по питанию

Зав. производством

Фельдшер

С.А.Жабрикова

Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабирова