

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

МЕНЮ
 на 29 января 2025г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Сыр порционно	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
	Итого:	510	69,43	20,20	20,36	79,97	609,65

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сыр порционно	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
	Итого:	550	69,43	21,84	23,04	93,84	699,45

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
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
	Итого:	235	9,60	2,14	1,67	36,31	168,10

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп гороховый на мясном бульоне, с гречками	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
	Итого:	610	65,00	21,67	60,35	95,47	1042,15
	Всего:	1905,00		65,85	105,42	305,59	2519,35

Зав.производством



Ф.Ш.Зангирова

Фельдшер



Л.А.Сабилова

Отв.за питание



С.А.Жабрикова

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

МЕНЮ
 на 29 января 2025г
 (свободный выбор для учащихся 5-11кл)

1 комплексный обед

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Сыр порционнo	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
	Итого:	810	104,6	28,13	26,24	117,88	852,04

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
	Итого:	912	104,6	18,61	19,55	122,03	733,89

Зав. производством

Фельдшер

Зам.по питанию

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

Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабирова

С.А.Жабрикова