



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

МЕНЮ
на 15 января 2026г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Свекла отварная дольками	60		1,08	0,06	5,88	28,80
2	Птица запеченная	100		10,42	12,23	8,65	192
3	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,08	6,25	20,47	150,45
4	Компот из свежих яблок (75С)	200		0,16	0,10	17,90	74,60
5	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
6	Хлеб ржаной	40		0,00	0,00	0,00	79,20
	Итого:	583	74,77	17,02	18,88	67,66	595,55

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из фасоли и кукурузы к/с ,с солеными огурцами и гренками	100		5,43	5,30	21,14	143,12
2	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/5		3,71	9,38	24,59	197,70
3	Птица запеченная	100		10,42	12,23	8,65	192
4	Компот из свежих яблок (75С)	200		0,16	0,10	17,90	74,60
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:	605	80,00	23,88	19,21	97,96	567,70

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1.	Булочка сдобная	50		4,18	1,60	22,43	120,83
2.	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00
	Итого:	250	10,30	4,2	1,6	32,4	160,8

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп картофельный с гречневой крупой, с мясными фрикадельками	250/10		3,97	3,88	12,19	105,36
2	Котлета из говядины с кашей пшеничной молочной, с маслом	50/150/3		13,54	15,48	39,99	356,30
3	Напиток из изюма и яблок	200		0,25	0,12	28,87	118,40
4	Хлеб ржано-пшеничный	20/20		30	6,59	11,18	133,57
	Итого:	647	65,00	673	26,07	92,23	713,63

Зав.производством

Фельдшер

Ф.И.Зангирова

Л.А.Сабирова

Ф.И.Зангирова

Л.А.Сабирова