



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

МЕНЮ
на 16 января 2026г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Сыр порционно	15		3,95	3,99	0,00	51,50
2	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40		7,080	11,940	8,360	124
3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5		5,10	3,62	31,96	176,10
4	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80
5	Хлеб пшеничный	45		0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:	545	74,77	16,79	19,64	62,36	444,39

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сыр порционно	15		2,63	2,66	0,00	34,33
2	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40		7,08	11,94	8,36	124,00
3	Макаронные изделия отварные	200		7,36	6,02	35,26	224,60
4	Сок	200		1,00	0,00	20,02	84,44
5	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого:	555	80,00	18,08	18,44	79,48	546,57

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Печенье (крекер)	30		2,25	2,94	22,3	125,1
2	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	132,80
	Итого:	230	10,30	2,9	3,0	54,3	257,9

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп картофельный на курином бульоне	250		2,34	2,83	16,87	114,00
2	Котлета из мяса птицы с гороховым пюре с маслом сливочным	50/150/3		22,28	8,33	43,03	335,26
3	Кисель	200		0,6	0,1	30,2	123,60
4	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	65,00	1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	703		28,72	11,78	111,82	679,26

Зав производством
Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова
Л.А.Сабирова