

Утверждаю
Директор "Полититивальный
образовательный комплекс"
«Адымнар-Алабуга»



МЕНЮ
на 20 января 2026г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Плоды и ягоды свежие (апельсины)	180		1,62	0,36	14,58	77,40
2	Жаркое с филе индейки	50/150		14,79	19,68	35,57	390,00
3	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80
4	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	600	74,77	18,39	20,37	80,10	599,80

5-11 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Плоды и ягоды свежие (апельсины)	180		1,62	0,36	14,58	77,40
2	Жаркое с филе индейки	50/200		16,06	20,94	40,57	427,00
3	Сок	200		1,00	0,00	20,02	84,44
4	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
5	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого:	685	80,00	22,56	21,86	99,35	706,99

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	10,30	1,5	2,5	18,8	103,6

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп -лапша с картофелем на мясном бульоне ,с мясом говядины	250/10		5,37	5,92	11,67	130,58
2	Каша геркулесовая молочной с маслом сливочным	180/3		7,76	7,75	34,17	238,80
3	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,115	0,025	10,16	41,70
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,84	0,40	17,76	86,60
	Итого:	683	65,00	16,09	14,09	73,76	497,68

Зап. производством
Фельдшер

Ф.И.Зангирова
Л.А.Сабинова

Ф.И.Зангирова
Л.А.Сабинова