Ялашева Альбина Мидхатовна
Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-10-14 11:55:03
10.0.0

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ с. Амзя _____(Ялашева А.М.)

Утверждаю:
_____
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 15.10.2026, МОАУ СОШ с. Амзя , 5-11кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
		Завтрак		
200	**349**	**Каша пшеничная молочная жидкая с м/сл** *Крупа пшеничная, Молоко 3,2%, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%*	Калорийность-241, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	
60/30	**313**	**Запеканка из творога с повидлом** *Творог, Крупа манная, Яйцо, Сахар, Ванилин, Сметана 15%, Сухари панировочные, Масло растительное рафинированное, Повидло*	Калорийность-226, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-29	
200	**54-2гн-**	**Чай с сахаром** *Сахар, Чай*	Калорийность-28, Углеводы-7	
65	**109**	**Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.**	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
		Итого за Завтрак	Калорийность-631, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-102	
		Обед		
250	**75**	**Суп куллама по-деревенски на курином бульоне** *Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Мука пшеничная в/с, Яйцо, Соль йодированная*	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
35/65	**580**	**Гуляш из мяса птицы** *Куриная грудка, Масло сливочное 72,5%, Мука пшеничная в/с, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная*	Калорийность-63, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-3	
180	**418**	**Пюре из гороха с м/сл** *Горох, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%*	Калорийность-295, Белки-21, Жиры-5, Углеводы-43	
200	**54-2гн-**	**Чай с сахаром** *Сахар, Чай*	Калорийность-28, Углеводы-7	
85	**108**	**Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом**	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
		Итого за Обед	Калорийность-704, Белки-41, Жиры-12, Углеводы-109	
		Итого за день	Калорийность-1 335, Белки-66, Жиры-27, Углеводы-210	**192-64**

Шеф-повар _____ (Юзаева И.А.)
Ответственный по питанию _____ (Данилова А.В.)

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)