Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-11-26 11:50:51
10.0.0

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

Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 27.11.2026, 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		
30	**4**	**Салат из белокочанной капусты с морковью** *Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Масло растительное рафинированное, Сахар, Кислота лимонная, Соль йодированная*	Калорийность-37, Жиры-3, Углеводы-3	
30/60	**499**	**Говядина тушеная** *Говядина (категория 1.2), Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Соль йодированная, Масло растительное рафинированное*	Калорийность-146, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
180	**203**	**Макаронные изделия отварные** *Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%*	Калорийность-246, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-44	
200	**54-2гн-**	**Чай с сахаром** *Сахар, Чай*	Калорийность-28, Углеводы-7	
65	**108**	**Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом**	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
		Итого за Завтрак	Калорийность-599, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-85	
		Обед		
300/5	**131**	**Свекольник на мясном бульоне со сметаной** *Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Картофель неочищенный, Масло растительное рафинированное, Сахар, Томат-паста, Соль йодированная, Сметана 15%*	Калорийность-290, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-21	
10	**176**	**Гренки из пшеничного хлеба**	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	
30/170	**260**	**Говядина, тушенная с овощами в соусе** *Говядина (категория 1.2), Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консервированный, Мука пшеничная в/с, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная*	Калорийность-251, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-18	
200	**396**	**Лимонный чайный напиток** *Чай, Сахар, Лимон*	Калорийность-41, Углеводы-10	
85	**108**	**Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом**	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
		Итого за Обед	Калорийность-803, Белки-39, Жиры-30, Углеводы-95	
		Итого за день	Калорийность-1 402, Белки-61, Жиры-49, Углеводы-180	**192-64**

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)