

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



Утверждаю:  
\_\_\_\_\_  
Умурбаева З.Ф.

## Меню

на 02.09.2025, МОАУ СОШ с. Амзя, 1-4 кл ОВЗ, инвалиды, СВО

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>				
60	296	<b>Биточки из птицы</b> <i>Биточки из птицы (75г), Масло растительное</i>	Калорийность-169, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-8	
190	202	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-47	
200	54- 2гн-	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
50	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-564, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-84	
<b><u>Обед</u></b>				
230/5	81	<b>Борщ на мясном бульоне со сметаной</b> <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Сметана</i>	Калорийность-193, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9	
20	176	<b>Гренки из пшеничного хлеба</b>	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15	
30/150	598	<b>Рагу из мяса птицы</b> <i>Куриная грудка, Соль йодированная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Мука пшеничная, Масло растительное</i>	Калорийность-180, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-23	
200	512	<b>Компот из изюма</b> <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
65	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом</b>	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-707, Белки-34, Жиры-17, Углеводы-105	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 271, Белки-54, Жиры-32, Углеводы-189	<b>150-82</b>
Шеф-повар	_____	(Юзаева И.А.)		
Ответственный по питанию	_____	(Старикова С. Е.)		
Калькулятор	_____	(Зарипова Д.А.)		