

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ села
Амзя(дош.отд.) _____ (Ялашева А.М.)



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 05.09.2025, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), БезмолочноеЯСЛИ

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>				
140	259	Каша рисовая вязкая (на воде)	Калорийность-143, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-27	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-242, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-49	
<u>2 завтрак</u>				
100	411	Чай с сахаром	Калорийность-22, Углеводы-5	
Итого за 2 завтрак			Калорийность-22, Углеводы-5	
<u>Обед</u>				
150	149	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	Калорийность-99, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-13	
15	176	Гренки из ржано-пшеничного хлеба для детского питания с витаминами	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-9	
30/120	158	Рагу из овощей с птицей	Калорийность-217, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-12	
150	526	Компот из свежих яблок	Калорийность-59, Углеводы-14	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Обед			Калорийность-500, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-64	
<u>Уплотненный полдник</u>				
150	163	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-9	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
120	118	Яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Уплотненный полдник			Калорийность-231, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-43	
Итого за день			Калорийность-995, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-161	155-00

Шеф-повар
Калькулятор

(Шамсиева Э.Р.)

(Тагирова И.Г.)