

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



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

## Меню

на 09.09.2025, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Ясли

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>				
140	349	Каша ячневая вязкая молочная	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-28	
180	781	Чай с молоком	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11	
20		Печенье "Малышки" на сметане	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-390, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-65	
<b><u>2 завтрак</u></b>				
120	118	Яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
<b>Итого за 2 завтрак</b>			Калорийность-56, Углеводы-12	
<b><u>Обед</u></b>				
30	2	Салат из белокочанной капусты с морковью	Калорийность-43, Жиры-3, Углеводы-3	
150	155	Суп "Любительский"	Калорийность-181, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-17	
25/120/5	308	Картофельная запеканка с мясом и м/сл	Калорийность-255, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-21	
150	394	Компот из изюма	Калорийность-74, Углеводы-18	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-631, Белки-23, Жиры-28, Углеводы-75	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>				
60/15	327	Сырники из творога запеченные с повидлом	Калорийность-160, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-24	
135	360	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с м/сл	Калорийность-153, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-20	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>			Калорийность-424, Белки-20, Жиры-8, Углеводы-68	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 502, Белки-54, Жиры-46, Углеводы-220	<b>160-00</b>
Шеф-повар			(Шамсиева Э.Р.)	
Калькулятор			(Тагирова И.Г.)	