

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



Утверждаю:
_____ (Умурбаева З.Ф.)
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 08.12.2025, 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
Полдник				
18	609	Печенье сахарное "Юбилейная песенка" г. Киров	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-12	
60/30	389/4	Тефтели из говядины в томатном соусе	Калорийность-180, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-11	
	53	<i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное (И), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>		
160	202	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-222, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-40	
		<i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>		
200	54-2гн-	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	
		<i>Чай, Сахар</i>		
50	111	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	
200	518	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
Итого за Полдник			Калорийность-732, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-115	
Обед				
60	50	Салат из свеклы отварной	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
		<i>Свекла неочищенная, Масло растительное</i>		
250/5	287	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	Калорийность-81, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-8	
		<i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>		
30/150	217	Каша гречневая с птицей	Калорийность-308, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-40	
		<i>Куриная грудка, Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>		
200	54-2гн-	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	
		<i>Чай, Сахар</i>		
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Обед			Калорийность-616, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-89	
Итого за день			Калорийность-1 347, Белки-48, Жиры-37, Углеводы-205	200-82

Шеф-повар _____ (Юзаева И.А.)
Ответственный по питанию _____ (Старикова С. Е.)
Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)