

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 22.12.2025, МОАУ СОШ с. Амзя , 5-11кл ОВЗ,инвалиды, СВО

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Полдник				
60/40	296	Котлеты из птицы с соусом томатным <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное (II), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	
200	202	Макаронные изделия отварные с маслом <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-270, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-49	
200	396	Лимонный чайный напиток <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	
65	111	Батон нарезной	Калорийность-170, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-31	
Итого за Полдник			Калорийность-548, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-94	
Обед				
300/5	287	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-138, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-10	
20	170	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	
30/170	217	Каша гречневая с птицей <i>Куриная грудка, Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-344, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-45	
200	485	Кисель из сока плодового или ягодного <i>Сок фруктовый 1 л, Сахар, Крахмал картофельный, Кислота лимонная</i>	Калорийность-99, Углеводы-24	
85	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
Итого за Обед			Калорийность-836, Белки-39, Жиры-17, Углеводы-131	
Итого за день			Калорийность-1 384, Белки-53, Жиры-29, Углеводы-225	190-02
Шеф-повар _____			(Юзаева И.А.)	
Ответственный по питанию _____			(Старикова С. Е.)	
Калькулятор _____			(Зарипова Д.А.)	