

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



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

Меню

на 03.02.2026, 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				
10	15	Сыр порциями	Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3	
200	356	Каша "Дружба" с м/сл <i>Крупа пшеничная, Крупа рисовая, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-251, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-39	
100	413	Пицца школьная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло растительное, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Куриная грудка, Сыр твердый (II), Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Огурцы консервированные, Сметана</i>	Калорийность-320, Белки-10, Жиры-18, Углеводы-29	
200	54-2гн-	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
90	112	Фрукт мандарин	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7	
Итого за Полдник			Калорийность-805, Белки-26, Жиры-29, Углеводы-110	
Обед				
250	113	Суп лапша домашняя на курином бульоне <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-14	
100	441	Чахохбили <i>Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Мука пшеничная, Кислота лимонная</i>	Калорийность-140, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-5	
180	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-264, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-43	
200	485	Кисель из сока плодового или ягодного <i>Сок фруктовый 1 л, Сахар, Крахмал картофельный, Кислота лимонная</i>	Калорийность-99, Углеводы-24	
40	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17	
55	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	
Итого за Обед			Калорийность-833, Белки-36, Жиры-20, Углеводы-127	
Итого за день			Калорийность-1 638, Белки-61, Жиры-49, Углеводы-237	192-64

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