

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ с. Амзя \_\_\_\_\_ (Ялашева  
А.М.)

Утверждаю:

\_\_\_\_\_  
Умурбаева З.Ф.



## Меню

на 24.03.2026, 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
<b><u>Завтрак</u></b>				
190	350	<b>Каша пшеничная молочная жидкая с м/сл.</b> <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%(II)</i>	Калорийность-241, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-36	
60	563	<b>Булочка ванильная</b> <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное 72,5%(II), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Ванилин</i>	Калорийность-205, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-36	
200	54- 2гн-	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
50	109	<b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.</b>	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-579, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-101	
<b><u>Обед</u></b>				
250	113	<b>Суп лапша домашняя на курином бульоне</b> <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное</i>	Калорийность-149, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-14	
30/155	291	<b>Плов из отварной птицы</b> <i>Куриная грудка, Масло растительное рафинированное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная</i>	Калорийность-333, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-43	
200	512	<b>Компот из изюма</b> <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
65	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом</b>	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-740, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-114	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 319, Белки-38, Жиры-34, Углеводы-214	<b>163-03</b>

Шеф-повар

Ответственный по питанию

\_\_\_\_\_  
(Юзаева И.А.)

\_\_\_\_\_  
(Старикова С. Е.)

Калькулятор

\_\_\_\_\_  
(Зарипова Д.А.)