

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 27.03.2026, 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
Завтрак				
60	441	Палочки "Школьные" ГОСТ <i>Палочки "Школьные" ГОСТ 38гр., Масло растительное рафинированное</i>	Калорийность-173, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-6	
190	312	Картофельное пюре <i>Картофель неочищенный, Молоко, Масло сливочное 72,5%(II), Соль йодированная</i>	Калорийность-176, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-28	
200	54- 2гн-	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	
Итого за Завтрак			Калорийность-487, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-64	
Обед				
250/5	131	Свекольник на мясном бульоне со сметаной <i>Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Картофель неочищенный, Масло растительное рафинированное, Сахар, Томат-паста, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-241, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-18	
15	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
180	260	Говядина, тушенная с овощами в соусе <i>Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Мука пшеничная, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная</i>	Калорийность-221, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-16	
200	396	Лимонный чайный напиток <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Обед			Калорийность-697, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-84	
Итого за день			Калорийность-1 184, Белки-50, Жиры-44, Углеводы-148	163-03

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