

Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ села  
Амзя(дош.отд.) \_\_\_\_\_ (Ялашева А.М.)



Утверждаю:  
\_\_\_\_\_  
Умурбаева З.Ф.

## Меню

на 17.04.2026, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Б/М ясли с глют

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>				
150	270	Каша пшеничная вязкая (на воде)	Калорийность-105, Белки-5, Углеводы-22	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
15	176	Гренки из ржано-пшеничного хлеба для детского питания с витаминами	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-9	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-258, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-55	
<b><u>2 завтрак</u></b>				
100	411	Чай с сахаром	Калорийность-22, Углеводы-5	
<b>Итого за 2 завтрак</b>			Калорийность-22, Углеводы-5	
<b><u>Обед</u></b>				
30	55	Икра морковная (без т.п.)	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	
150	136	Свекольник (без сметаны и без том.пасты)	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-10	
50	377	Голубцы ленивые	Калорийность-80, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-4	
110	339	Картофельное пюре	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	
150	526	Компот из свежих яблок	Калорийность-59, Углеводы-14	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-423, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-61	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>				
150	254	Каша гречневая вязкая (на воде)	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-22	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
50	589	Сдоба обыкновенная	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-30	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>			Калорийность-382, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-76	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 085, Белки-31, Жиры-20, Углеводы-197	<b>183-00</b>

Шеф-повар  
Калькулятор

\_\_\_\_\_  
(Шамсиева Э.Р.)  
\_\_\_\_\_  
(Лотыш И.Г.)