

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



Утверждаю:
_____ (Зарипова Д.А.)
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 17.04.2026, 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

200/5/20	128	Суп Улюш с мясом птицы	Калорийность-144, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-9	
		Куриная грудка, Картофель неочищенный, Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Сметана		
60	406	Буккены с яблоком	Калорийность-160, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-32	
		Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное 72,5%(И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Яблоки, Масло растительное рафинированное		
200	54- 2гн-	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	
		Сахар, Чай		
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	

Итого за Завтрак Калорийность-437, Белки-20, Жиры-9,
Углеводы-69

Обед

200	271	Суп "Любительский" на курином бульоне	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21	
		Картофель неочищенный, Крупа гречневая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная		
50/50	343	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)	Калорийность-114, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-5	
		Минтай б/з с/м, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное рафинированное, Сахар, Соль йодированная		
150	633	Картофель запеченный по- домашнему	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-31	
		Картофель неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная		
200	54- 2гн-	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	
		Сахар, Чай		
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	

Итого за Обед Калорийность-624, Белки-23, Жиры-17,
Углеводы-94

Итого за день Калорийность-1 060, Белки-43, Жиры-26, **163-03**
Углеводы-163

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