

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 08.05.2026, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Сад

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>				
170	361	Каша рисовая молочная	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-6,	
		жидкая	Углеводы-29	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
200	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-324, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-51	
<u>2 завтрак</u>				
120	118	Яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за 2 завтрак			Калорийность-56, Углеводы-12	
<u>Обед</u>				
50	51	Салат из свеклы отварной	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
180/5	287	Щи "Новгородские"	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	
30/130		Солдатская каша гречневая с мясом птицы	Калорийность-316, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-34	
180	526	Компот из свежих яблок	Калорийность-71, Углеводы-17	
50	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	
Итого за Обед			Калорийность-582, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-81	
<u>Уплотненный полдник</u>				
170	350	Каша пшенная молочная	Калорийность-216, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-32	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
35	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	
20	176	Гренки из ржано-пшеничного хлеба для детского питания с витаминами	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-13	
Итого за Уплотненный полдник			Калорийность-382, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-68	
Итого за день			Калорийность-1 345, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-212	183-00
Шеф-повар			(Шамсиева Э.Р.)	
Калькулятор			(Лотыш И.Г.)	