

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



Утверждаю:  
  
Умурбаева З.Ф.

## Меню

на 11.06.2026, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Ясли

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>				
150	352	Каша манная молочная жидкая	Калорийность-161, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-23	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
180	306	Какао с молоком	Калорийность-96, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
110	118	Яблоко	Калорийность-52, Углеводы-11	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-421, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-63	
<b><u>2 завтрак</u></b>				
100	619	Кисель "Шиповниковый" с витамином С	Калорийность-37, Углеводы-9	
<b>Итого за 2 завтрак</b>			Калорийность-37, Углеводы-9	
<b><u>Обед</u></b>				
30	23	Салат из картофеля с солеными огурцами	Калорийность-27, Жиры-2, Углеводы-3	
150/5	287	Щи "Новгородские"	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	
50/10	355	Тефтели рыбные с соусом томатным	Калорийность-98, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-7	
110	419	Рис отварной	Калорийность-165, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-29	
150	394	Компот из изюма	Калорийность-74, Углеводы-18	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-490, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-78	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>				
150	360	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с м/сл	Калорийность-170, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-22	
50/15	327	Сырники из творога запеченные с повидлом	Калорийность-140, Белки-11, Жиры-1, Углеводы-21	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>			Калорийность-417, Белки-19, Жиры-8, Углеводы-67	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 364, Белки-43, Жиры-35, Углеводы-217	<b>183-00</b>

Шеф-повар  
Калькулятор

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