Ялашева Альбина Мидхатовна
Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-06-26 16:09:21
10.0.0

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

Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 29.06.2026, 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
		Завтрак		
170	658	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Калорийность-201, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-30	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
200	412	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-41, Углеводы-10	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
		Итого за Завтрак	Калорийность-354, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-56	
		2 завтрак		
130	537	Сок фруктовый	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-13	
		Итого за 2 завтрак	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-13	
		Обед		
50	55	Икра морковная	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
180/5	82	Рассольник ленинградский с перловой крупой	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
60/20	322/366	Котлеты из птицы с соусом томатным	Калорийность-127, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-15	
130	219	Макаронные изделия отварные с м/сл	Калорийность-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
50	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	
		Итого за Обед	Калорийность-595, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-93	
		Уплотненный полдник		
170/5	148	Суп из овощей со сметаной	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
50	572	Шанежка с картофелем	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	
180	781	Чай с молоком	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11	
35	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
		Итого за Уплотненный полдник	Калорийность-398, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-64	
		Итого за день	Калорийность-1 406, Белки-37, Жиры-44, Углеводы-227	183-00

Шеф-повар _____ (Шамсиева Э.Р.)
Калькулятор _____ (Лотыш И.Г.)