

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ с. Амзья
А.М.)

Ялашева Альбина
Мидхатовна
Я являюсь автором
этого документа
место подписания
2026-09-28 17:35:18
10.0.0



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 29.09.2026, МОАУ СОШ с. Амзья, 5-11кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
10	15	Сыр порциями	Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3	
200	84	Каша "Дружба" с м/сл	Калорийность-195, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28	
		<i>Крупа рисовая, Крупа пшеничная, Молоко 3,2%, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%</i>		
100	413	Пицца школьная	Калорийность-323, Белки-10, Жиры-18, Углеводы-30	
		<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Куриная грудка, Сыр твердый (II), Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Сметана 15%</i>		
200	54-2гн-	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	
		<i>Сахар, Чай</i>		
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-773, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-105	
Обед				
250	47	Суп лапша домашняя	Калорийность-172, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-16	
		<i>Мука пшеничная в/с, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Масло растительное рафинированное</i>		
55/45	441	Чахохбили	Калорийность-129, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	
		<i>Куриная грудка, Масло растительное рафинированное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Мука пшеничная в/с, Кислота лимонная</i>		
180	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	Калорийность-264, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-43	
		<i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%</i>		
200	485	Кисель из сока плодового или ягодного	Калорийность-99, Углеводы-24	
		<i>Сок фруктовый 1 л, Сахар, Крахмал картофельный, Кислота лимонная</i>		
40	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17	
55	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	
Итого за Обед			Калорийность-868, Белки-43, Жиры-20, Углеводы-129	
Итого за день			Калорийность-1 641, Белки-67, Жиры-48, Углеводы-234	192-64

Шеф-повар _____ (Юзаева И.А.)
Ответственный по питанию _____ (Данилова А.В.)

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)