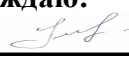


Согласовано:
Директор МОАУ СОШ с. Амзя
А.М.)

Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором
этого документа
место подписания
2026-10-02 13:39:
11
10 0 0



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню
на 05.10.2026, МОАУ СОШ с. Амзя , 1-4 кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
20	609	Печенье сахарное "Летнее"	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-14	
60/30	389/4	Тефтели из говядины в 53 томатном соусе	Калорийность-180, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-11	
		<i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное рафинированное, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное 72,5%, Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>		
160	202	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-222, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-40	
		<i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное 72,5%, Соль йодированная</i>		
200	54- 2гн-	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	
		<i>Сахар, Чай</i>		
50	111	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	
200	518	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
Итого за Завтрак			Калорийность-737, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-117	
Обед				
60	50	Салат из свеклы отварной	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
		<i>Свекла неочищенная, Масло растительное рафинированное</i>		
250/5	287	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	Калорийность-81, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-8	
		<i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Сметана 15%</i>		
30/150	217	Каша гречневая с птицей	Калорийность-308, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-40	
		<i>Куриная грудка, Масло растительное рафинированное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>		
200	485	Кисель из сока плодового или ягодного	Калорийность-99, Углеводы-24	
		<i>Сок фруктовый 1 л, Сахар, Крахмал картофельный, Кислота лимонная</i>		
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Обед			Калорийность-687, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-106	
Итого за день			Калорийность-1 424, Белки-48, Жиры-37, Углеводы-223	203-03
Шеф-повар			(Юзаева И.А.)	
Ответственный по питанию			(Данилова А.В.)	
Калькулятор			(Зарипова Д.А.)	