

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ села

Амзя(дош.отд.)_____ (Ялашева А.М.)

Ялашева Альбина
Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором
этого документа
Мидхатов
на 2026-10-14 16:57:00
10.0.0

Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.



Меню

на 15.10.2026, 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
<u>Завтрак</u>				
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
150	99	Каша ячневая вязкая молочная	Калорийность-187, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-29	
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	
Итого за Завтрак			Калорийность-326, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-53	
<u>2 завтрак</u>				
100	771	Какао с молоком	Калорийность-49, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-6	
Итого за 2 завтрак			Калорийность-49, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-6	
<u>Обед</u>				
30	5	Салат витаминный	Калорийность-42, Жиры-3, Углеводы-3	
150/5	34	Свекольник со сметаной на курином бульоне	Калорийность-104, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-10	
50	318	Птица тушеная	Калорийность-141, Белки-12, Жиры-10	
110	419	Рис отварной	Калорийность-165, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-29	
150	411	Чай с сахаром	Калорийность-32, Углеводы-8	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Обед			Калорийность-563, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-67	
<u>Уплотненный полдник</u>				
130	219	Макаронные изделия отварные с м/сл	Калорийность-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32	
50	472	Каштаны рыбные с соусом томатным	Калорийность-63, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-6	
150	781	Чай с молоком	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-9	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Уплотненный полдник			Калорийность-368, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-62	
Итого за день			Калорийность-1 306, Белки-48, Жиры-40, Углеводы-187	183-00
Шеф-повар			(Шамсиева Э.Р.)	
Калькулятор			(Лотыш И.Г.)	