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

Ялашева Альбина Мидхатовна
Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-10-19 08:54:01
10.0.0

Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 19.10.2026, 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		
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
170	658	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Калорийность-201, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-30	
200	411	Чай без сахара		
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
		Итого за Завтрак	Калорийность-313, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-46	
		2 завтрак		
120	526	Компот из свежих яблок	Калорийность-11, Углеводы-2	
		Итого за 2 завтрак	Калорийность-11, Углеводы-2	
		Обед		
50	51	Салат из свеклы отварной	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
180/5	56	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	
60	555	Чиполлетти из говядины	Калорийность-125, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-6	
130	219	Макаронные изделия отварные с м/сл	Калорийность-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32	
180	411	Чай без сахара		
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
		Итого за Обед	Калорийность-506, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-65	
		Уплотненный полдник		
170	98	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28	
15	176	Гренки	Калорийность-55, Белки-2, Углеводы-11	
180	411	Чай без сахара		
35	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
		Итого за Уплотненный полдник	Калорийность-319, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-56	
		Итого за день	Калорийность-1 149, Белки-37, Жиры-36, Углеводы-169	**183-00**

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