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

Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-10-30 11:46:25
10.0.0

Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 30.10.2026, 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
		Завтрак		
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
150	91	Каша молочная пшеничная жидкая	Калорийность-181, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-27	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
		Итого за Завтрак	Калорийность-328, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-52	
		2 завтрак		
100	619	Кисель "Шиповниковый" с витамином С	Калорийность-37, Углеводы-9	
		Итого за 2 завтрак	Калорийность-37, Углеводы-9	
		Обед		
30	19	Салат из моркови	Калорийность-40, Жиры-3, Углеводы-3	
150	155	Суп "Любительский"	Калорийность-108, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16	
25/120	524	Голубцы ленивые	Калорийность-179, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12	
110	643	Картофельное пюре	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-16	
150	394	Компот из изюма	Калорийность-74, Углеводы-18	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
		Итого за Обед	Калорийность-577, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-80	
		Уплотненный полдник		
150	93	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с м/сл	Калорийность-164, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21	
50	266	Пирожки печеные с капустой	Калорийность-122, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
150	411	Чай с сахаром	Калорийность-32, Углеводы-8	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
		Итого за Уплотненный полдник	Калорийность-389, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-62	
		Итого за день	Калорийность-1 331, Белки-36, Жиры-41, Углеводы-203	**183-00**

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