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

Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-11-18 14:44:39
10.0.0

Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 18.11.2026, 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	84	Каша "Дружба" молочная	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-24	
200	513	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
		Итого за Завтрак	Калорийность-394, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-57	
		2 завтрак		
120	419	Молоко кипяченое	Калорийность-72, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-6	
		Итого за 2 завтрак	Калорийность-72, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-6	
		Обед		
50	142	Салат "Осенний"	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	
180/5	160	Суп крестьянский с пшеничной крупой	Калорийность-162, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-9	
25/130	501	Говядина тушеная с картофелем	Калорийность-134, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-1	
180	394	Компот из изюма	Калорийность-90, Углеводы-22	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
		Итого за Обед	Калорийность-519, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-54	
		Уплотненный полдник		
170	349	Каша ячневая вязкая молочная	Калорийность-216, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34	
50	327/490	Сырники из творога запеченные	Калорийность-98, Белки-11, Жиры-1, Углеводы-11	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
35	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
		Итого за Уплотненный полдник	Калорийность-433, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-71	
		Итого за день	Калорийность-1 418, Белки-54, Жиры-50, Углеводы-189	**183-00**

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