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

Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-11-19 15:20:01
10.0.0

Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 20.11.2026, 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	96	Каша пшенная молочная жидкая с м/сл	Калорийность-185, Белки-6, Жиры-6, 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-333, 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	147	Салат "Розовый" из капусты со свеклой	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
150	162	Суп лапша-домашняя	Калорийность-98, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-9	
25/120/5	90	Картофельная запеканка с мясом птицы и м/сл	Калорийность-147, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-2	
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-436, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-47	
		Уплотненный полдник		
150	101	Суп молочный с гречневой крупой	Калорийность-115, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-13	
50	589	Сдоба обыкновенная	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-30	
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-381, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-65	
		Итого за день	Калорийность-1 186, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-173	**183-00**

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