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

Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-11-27 15:09:12
10.0.0

Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 30.11.2026, 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	658	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Калорийность-233, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-37	
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-380, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-61	
		2 завтрак		
200	537	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
		Итого за 2 завтрак	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
		Обед		
30	51	Салат из свеклы отварной	Калорийность-25, Жиры-2, Углеводы-3	
150/5	56	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
50/20%	555	Чиполлетти из говядины с соусом	Калорийность-86, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-5	
110	219	Макаронные изделия отварные с м/сл	Калорийность-163, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-27	
150	412	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-34, Углеводы-8	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
		Итого за Обед	Калорийность-449, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-64	
		Уплотненный полдник		
150	98	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-162, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
20		Печенье "Детское" на кефире	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12	
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-338, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-59	
		Итого за день	Калорийность-1 259, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-205	**183-00**

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