

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



Утверждаю:  
\_\_\_\_\_  
Умурбаева З.Ф.

## Меню

на 11.09.2025, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Б/М ясли с глют

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>				
140	389	Пюре из чечевицы с м/р	Калорийность-217, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-30	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-327, Белки-18, Жиры-4, Углеводы-55	
<b><u>2 завтрак</u></b>				
100	394	Компот из изюма	Калорийность-50, Углеводы-12	
<b>Итого за 2 завтрак</b>			Калорийность-50, Углеводы-12	
<b><u>Обед</u></b>				
150	287	Щи "Новгородские"	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	
50	355	Тефтели рыбные	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-7	
110	419	Рис отварной	Калорийность-177, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
150	526	Компот из свежих яблок	Калорийность-59, Углеводы-14	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-443, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-71	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>				
185	266	Каша "Дружба" с м/р (на воде)	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-18	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>			Калорийность-240, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-42	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 060, Белки-36, Жиры-22, Углеводы-179	<b>160-00</b>
Шеф-повар			(Шамсиева Э.Р.)	
Калькулятор			(Тагирова И.Г.)	