

Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ с. Амзя \_\_\_\_\_ (Ялашева  
А.М.)



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

## Меню

на 15.09.2025, МОАУ СОШ с. Амзя , 1-4 кл ОВЗ,инвалиды, СВО

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Полдник</u></b>				
60	296	<b>Биточки из птицы</b> <i>Биточки из птицы (75г), Масло растительное</i>	Калорийность-169, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-8	
190	202	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-47	
200	54- 2гн-	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
50	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-564, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-84	
<b><u>Обед</u></b>				
250/5	96	<b>Рассольник ленинградский на курином бульоне с перловой крупой и сметаной</b> <i>Картофель неочищенный, Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы консервированные, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-142, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17	
90	589	<b>Птица тушеная</b> <i>Куриная грудка, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-78, Белки-12, Жиры-2, Углеводы-3	
150	628	<b>Рис отварной</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное (II), Соль йодированная</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-39	
200	503	<b>Инстантный витаминизированный напиток (кисель)</b> <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
25	109	<b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
40	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом</b>	Калорийность-88, Белки-3, Углеводы-18	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-685, Белки-24, Жиры-12, Углеводы-120	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 249, Белки-45, Жиры-28, Углеводы-204	<b>150-82</b>
Шеф-повар	_____	(Юзаева И.А.)		
Ответственный по питанию	_____	(Старикова С. Е.)		
Калькулятор	_____	(Зарипова Д.А.)		