

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

Ялашева Альбина
Мидхатовна
Я являюсь автором
этого документа
Место подписания
2025-10-03 15:39:06
10.0.0



Утверждаю:
_____ *З.Ф.*
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 06.10.2025, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Б/М ясли с глю

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>				
150/5	422	Пюре из гороха (без м/сл.)	Калорийность-269, Белки-17, Жиры-6, Углеводы-36	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак			Калорийность-384, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-60	
<u>2 завтрак</u>				
125	537	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
Итого за 2 завтрак			Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	
<u>Обед</u>				
40	19	Салат из моркови	Калорийность-53, Жиры-4, Углеводы-4	
150	75	Суп куллама по-деревенски на курином бульоне	Калорийность-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-12	
25/25	410	Гуляш из птицы без соуса	Калорийность-80, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-2	
110	219	Макаронные изделия отварные с м/р	Калорийность-175, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-27	
150	411	Чай с сахаром	Калорийность-32, Углеводы-8	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Обед			Калорийность-534, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-68	
<u>Уплотненный полдник</u>				
50	589	Сдоба обыкновенная	Калорийность-159, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-30	
150	1.13	Суп рисовый с овощами вегетарианский	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Уплотненный полдник			Калорийность-316, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-60	
Итого за день			Калорийность-1 325, Белки-49, Жиры-33, Углеводы-209	160-00

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