

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



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

## Меню

на 31.10.2025, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Сад

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>				
170	361	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
200	411	Чай с сахаром	Калорийность-44, Углеводы-11	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-339, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-55	
<b><u>2 завтрак</u></b>				
100	771	Какао с молоком	Калорийность-49, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-6	
<b>Итого за 2 завтрак</b>			Калорийность-49, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-6	
<b><u>Обед</u></b>				
40	55	Салат из свеклы с яблоками	Калорийность-39, Жиры-2, Углеводы-5	
180	155	Суп "Любительский" на курином бульоне	Калорийность-160, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-19	
30/130	158	Рагу из овощей в томатном соусе с птицей	Калорийность-234, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-14	
180	526	Компот из свежих яблок	Калорийность-71, Углеводы-17	
50	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-602, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-75	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>				
185	350	Каша пшеничная молочная жидкая с м/сл	Калорийность-235, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
35	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>			Калорийность-353, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-61	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 343, Белки-44, Жиры-41, Углеводы-197	<b>160-00</b>
Шеф-повар			(Шамсиева Э.Р.)	
Калькулятор			(Тагирова И.Г.)	