Ялашева Альбина Мидхатовна

Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2025-11-10 12:31:57
10.0.0

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

Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 11.11.2025, 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
		Полдник		
10	15	**Сыр порциями**	Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3	
190	182	**Каша жидкая молочная из ячневой крупы с м/сл** *Крупа ячневая, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	Калорийность-224, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-35	
60	567	**Булочка "Российская"** *Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Молоко, Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Ванилин*	Калорийность-207, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37	
200	54-2гн-	**Чай с сахаром** *Чай, Сахар*	Калорийность-28, Углеводы-7	
50	109	**Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.**	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
100		**Йогурт питьевой**	Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	
		Итого за Полдник	Калорийность-694, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-109	
		Обед		
250	113	**Суп лапша домашняя на курином бульоне** *Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное*	Калорийность-149, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-14	
30/155	291	**Плов из отварной птицы** *Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная*	Калорийность-333, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-43	
200	512	**Компот из изюма** *Изюм, Сахар*	Калорийность-116, Углеводы-28	
65	108	**Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом**	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
		Итого за Обед	Калорийность-740, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-114	
		Итого за день	Калорийность-1 434, Белки-44, Жиры-39, Углеводы-223	**169-73**

Шеф-повар _____ (Юзаева И.А.)
Ответственный по питанию _____ (Старикова С. Е.)

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)