

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



Утверждаю:
_____ (Зарипова Д.А.)
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 27.01.2026, МОАУ СОШ с. Амзя , 5-11кл ОВЗ,инвалиды, СВО

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Полдник				
10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7	
200	350	Каша пшеничная молочная жидкая с м/сл <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-257, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-38	
100	563	Булочка ванильная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (II), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Ванилин</i>	Калорийность-337, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-59	
200	54- 2гн-	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
65	111	Батон нарезной	Калорийность-170, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-31	
100		Йогурт питьевой	Калорийность-95, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	
Итого за Полдник			Калорийность-953, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-144	
Обед				
300	113	Суп лапша домашняя на курином бульоне <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-17	
30/180	291	Плов из отварной птицы <i>Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная</i>	Калорийность-375, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-49	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
95	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-43	
Итого за Обед			Калорийность-851, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-137	
Итого за день			Калорийность-1 803, Белки-52, Жиры-50, Углеводы-281	192-64
Шеф-повар _____			(Юзаева И.А.)	
Ответственный по питанию _____			(Старикова С. Е.)	
Калькулятор _____			(Зарипова Д.А.)	