

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



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

## Меню

на 03.02.2026, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Ясли

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>				
150	349	Каша ячневая вязкая молочная	Калорийность-191, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-30	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
180	781	Чай с молоком	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11	
20		Печенье "Детское" на кефире	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-426, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-68	
<b><u>2 завтрак</u></b>				
90	118	Мандарины	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7	
<b>Итого за 2 завтрак</b>			Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Обед</u></b>				
30	147	Салат "Розовый" из капусты со свеклой	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
150	149	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	Калорийность-149, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-14	
25/120/5	308	Картофельная запеканка с мясом и м/сл	Калорийность-255, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-21	
150	394	Компот из изюма	Калорийность-74, Углеводы-18	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-594, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-70	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>				
150	254	Суп рисовый с овощами вегетарианский	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8	
50	266	Пирожки печеные с капустой	Калорийность-122, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>			Калорийность-285, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-51	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 340, Белки-40, Жиры-44, Углеводы-196	<b>183-00</b>

Шеф-повар  
Калькулятор

\_\_\_\_\_  
(Шамсиева Э.Р.)  
\_\_\_\_\_  
(Лотыш И.Г.)