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

Ялашева Альбина Мидхатовна
Я являюсь автором этого документа
место подписания
2026-03-10 15:22:04
10.0.0

Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 11.03.2026, 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
		Завтрак		
150	352	Каша манная молочная жидкая	Калорийность-161, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-23	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
20		Печенье "Малышки" на сметане	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
		Итого за Завтрак	Калорийность-392, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-59	
		2 завтрак		
100	419	Молоко кипяченое	Калорийность-60, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
		Итого за 2 завтрак	Калорийность-60, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
		Обед		
30	67	Салат из моркови отварной и яблок	Калорийность-49, Жиры-4, Углеводы-3	
150/5	63	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-134, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-9	
25/120	501	Говядина тушеная с картофелем	Калорийность-181, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12	
150	619	Кисель "Шиповниковый" с витамином С	Калорийность-55, Углеводы-14	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
		Итого за Обед	Калорийность-498, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-53	
		Уплотненный полдник		
150	100	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
50	586	Булочка "Российская"	Калорийность-177, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
		Итого за Уплотненный полдник	Калорийность-401, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-68	
		Итого за день	Калорийность-1 351, Белки-41, Жиры-51, Углеводы-184	**183-00**

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