

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



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

## Меню

на 15.04.2026, 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
<b><u>Завтрак</u></b>				
35/25	441	<b>Чахохбили</b> <i>Куриная грудка, Масло растительное рафинированное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Мука пшеничная, Кислота лимонная</i>	Калорийность-77, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-2	
180	171	<b>Каша рассыпчатая из гречневой крупы</b> <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%(II)</i>	Калорийность-264, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-43	
200	396	<b>Лимонный чайный напиток</b> <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	
65	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом</b>	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
120	112	<b>Фрукт яблоко</b>	Калорийность-56, Углеводы-12	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-581, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-96	
<b><u>Обед</u></b>				
300/5	131	<b>Свекольник на мясном бульоне со сметаной</b> <i>Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Картофель неочищенный, Масло растительное рафинированное, Сахар, Томат-паста, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-290, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-21	
15	176	<b>Гренки из пшеничного хлеба</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
30/170	501	<b>Говядина тушеная с картофелем</b> <i>Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-254, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-20	
200	54-2гн-	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
40	109	<b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом</b>	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17	
55	108	<b>Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом</b>	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-828, Белки-40, Жиры-29, Углеводы-101	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 409, Белки-64, Жиры-40, Углеводы-197	<b>192-64</b>

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ (Зарипова Д.А.)