

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



Утверждаю:

 Умурбаева З.Ф.

Меню

на 05.05.2026, 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
<u>Завтрак</u>				
10	15	Сыр порциями	Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3	
200	356	Каша "Дружба" с м/сл <i>Крупа пшеничная, Крупа рисовая, Молоко 3,2%, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-251, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-39	
100	413	Пицца школьная <i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Куриная грудка, Сыр твердый (II), Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Огурцы консервированные, Сметана 15%</i>	Калорийность-320, Белки-10, Жиры-18, Углеводы-29	
200	54- 2гн-	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-827, Белки-25, Жиры-29, Углеводы-115	
<u>Обед</u>				
250	113	Суп лапша домашняя на курином бульоне <i>Мука пшеничная в/с, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное</i>	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-14	
55/45	441	Чахохбили <i>Куриная грудка, Масло растительное рафинированное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Мука пшеничная в/с, Кислота лимонная</i>	Калорийность-129, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	
180	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-264, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-43	
200	485	Кисель из сока плодового или ягодного <i>Сок фруктовый 1 л, Сахар, Крахмал картофельный, Кислота лимонная</i>	Калорийность-99, Углеводы-24	
40	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17	
55	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	
Итого за Обед			Калорийность-822, Белки-35, Жиры-19, Углеводы-127	
Итого за день			Калорийность-1 649, Белки-60, Жиры-48, Углеводы-242	192-64

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)