

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

Ялашева Альбина
Мидхатовна
вн П 15 10 00
2026-05-05 11:55



Утверждаю:
_____ (Умурбаева З.Ф.)

Меню

на 06.05.2026, МОАУ СОШ с. Амзя, 1-4 кл ОВЗ, инвалиды, СВО

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
180/5	421	Макаронник с мясом и м/сл <i>Говядина (категория 1.3), Масло растительное рафинированное, Вермишель, Лук репчатый неочищенный, Яйцо, Сухари панировочные, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-356, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-34	
200	54- 2гн-	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-549, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-75	
Обед				
250/5	99	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Сметана 15%</i>	Калорийность-211, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-12	
25/155	370	Плов из отварной говядины <i>Говядина (категория 1.2), Крупа рисовая, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная</i>	Калорийность-343, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-41	
200	396	Лимонный чайный напиток <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	
25	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
40	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-88, Белки-3, Углеводы-18	
Итого за Обед			Калорийность-735, Белки-33, Жиры-27, Углеводы-91	
Итого за день			Калорийность-1 285, Белки-52, Жиры-46, Углеводы-166	163-03
Шеф-повар _____ (Юзаева И.А.)				
Ответственный по питанию _____ (Старикова С. Е.)				
Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)				