

Согласовано: Ялашев Альбина
Директор МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.)
Амзя(дош.отд.)

Ялашев Альбина
Мидхатовна
Я являюсь
автором этого
документа
место подписания
2026-08-04 17:26:
07
10.0.0

Мидхатовна
А.М.



Утверждаю:
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 03.08.2026, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Сад

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>				
170	423	Пюре из гороха с м/сл	Калорийность-281, Белки-20, Жиры-4, Углеводы-41	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
200	412	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-41, Углеводы-10	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак			Калорийность-434, Белки-22, Жиры-9, Углеводы-67	
<u>2 завтрак</u>				
130	537	Сок фруктовый	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-13	
Итого за 2 завтрак			Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-13	
<u>Обед</u>				
50	124	Икра свекольная	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
180/5	148	Суп из овощей со сметаной	Калорийность-99, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-8	
35/35	580	Гуляш из птицы	Калорийность-111, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-2	
130	219	Макаронные изделия отварные с м/сл	Калорийность-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32	
180	485	Кисель из сока плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-21	
50	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	
Итого за Обед			Калорийность-646, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-89	
<u>Уплотненный полдник</u>				
170	356	Каша "Дружба" молочная	Калорийность-214, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	
50	589	Сдоба обыкновенная	Калорийность-157, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-30	
180	781	Чай с молоком	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11	
35	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Уплотненный полдник			Калорийность-510, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-91	
Итого за день			Калорийность-1 651, Белки-62, Жиры-40, Углеводы-259	183-00
Шеф-повар			(Шамсиева Э.Р.)	
Калькулятор			(Лютыш И.Г.)	