

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 17.04.2026, 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
Завтрак				
250/5/20	128	Суп Улюш с мясом птицы	Калорийность-172, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-11	
		<i>Куриная грудка, Картофель неочищенный, Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Сметана</i>		
100	406	Буккены с яблоком	Калорийность-267, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	
		<i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное 72,5%(И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Яблоки, Масло растительное рафинированное</i>		
200	54- 2гн-	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	
		<i>Сахар, Чай</i>		
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-659, Белки-26, Жиры-12, Углеводы-110	
Обед				
250	271	Суп "Любительский" на курином бульоне	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-26	
		<i>Картофель неочищенный, Крупа гречневая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная</i>		
50/50	343	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)	Калорийность-114, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-5	
		<i>Минтай б/з с/м, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное рафинированное, Сахар, Соль йодированная</i>		
180	633	Картофель запеченный по- домашнему	Калорийность-235, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-38	
		<i>Картофель неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная</i>		
200	54- 2гн-	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	
		<i>Сахар, Чай</i>		
85	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
Итого за Обед			Калорийность-750, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-114	
Итого за день			Калорийность-1 409, Белки-54, Жиры-32, Углеводы-225	192-64

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)