

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ села
Амзя(дош.отд.)_____ (Ялашева А.М.)



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 08.05.2026, 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	361	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
200	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Завтрак			Калорийность-335, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-54	
<u>2 завтрак</u>				
130	118	Яблоко	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	
Итого за 2 завтрак			Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	
<u>Обед</u>				
50	51	Салат из свеклы отварной	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
180/5	287	Щи "Новгородские"	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	
30/130		Солдатская каша гречневая с мясом птицы	Калорийность-316, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-34	
180	526	Компот из свежих яблок	Калорийность-71, Углеводы-17	
50	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	
Итого за Обед			Калорийность-582, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-81	
<u>Уплотненный полдник</u>				
170	350	Каша пшенная молочная жидкая с м/сл	Калорийность-216, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-32	
18	609	Печенье сахарное "Летнее"	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-12	
180	782	Чай с сахаром	Калорийность-36, Углеводы-9	
35	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Уплотненный полдник			Калорийность-410, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-70	
Итого за день			Калорийность-1 388, Белки-39, Жиры-39, Углеводы-218	183-00
Шеф-повар Калькулятор			(Шамсиева Э.Р.) (Лотыш И.Г.)	