

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



Утверждаю:  
\_\_\_\_\_ (Умурбаева З.Ф.)  
Умурбаева З.Ф.

# Меню

на 25.05.2026, МОАУ СОШ с. Амзя , 1-4 кл ОВЗ,инвалиды, СВО

| Выход (г)                      | № рец.      | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                           | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания |
|--------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b>                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                |                      |
| 60                             | 381         | <b>Котлеты из говядины с птицей<br/>п/ф</b><br><i>Котлеты из говядины с мясом птицы (76г), Масло растительное рафинированное</i>                                                                                                                             | Калорийность-149, Белки-9, Жиры-8,<br>Углеводы-9                               |                      |
| 190                            | 403         | <b>Макароны с томатом</b><br><i>Макаронные изделия гр. А, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%, Масло растительное рафинированное</i>                                                                                                       | Калорийность-305, Белки-7, Жиры-10,<br>Углеводы-45                             |                      |
| 200                            | 54-<br>2гн- | <b>Чай с сахаром</b><br><i>Сахар, Чай</i>                                                                                                                                                                                                                    | Калорийность-28, Углеводы-7                                                    |                      |
| 50                             | 108         | <b>Хлеб пшеничный для детского<br/>питания с витаминами и<br/>железом</b>                                                                                                                                                                                    | Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-23                              |                      |
| <b>Итого за Завтрак</b>        |             |                                                                                                                                                                                                                                                              | Калорийность-592, Белки-20, Жиры-19,<br>Углеводы-84                            |                      |
| <b>Обед</b>                    |             |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                |                      |
| 230/5                          | 287         | <b>Щи "Новгородские" на<br/>курином бульоне со сметаной</b><br><i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Сметана 15%</i> | Калорийность-108, Белки-10, Жиры-4,<br>Углеводы-8                              |                      |
| 20                             | 170         | <b>Гренки из пшеничного хлеба</b>                                                                                                                                                                                                                            | Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14                                          |                      |
| 30/150                         | 217         | <b>Каша гречневая с птицей</b><br><i>Куриная грудка, Масло растительное рафинированное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>                                                                                                     | Калорийность-308, Белки-16, Жиры-9,<br>Углеводы-40                             |                      |
| 200                            | 485         | <b>Кисель из сока плодового или<br/>ягодного</b><br><i>Сок фруктовый 1 л, Сахар, Крахмал картофельный, Кислота лимонная</i>                                                                                                                                  | Калорийность-99, Углеводы-24                                                   |                      |
| 65                             | 108         | <b>Хлеб пшеничный для детского<br/>питания с витамином и<br/>железом</b>                                                                                                                                                                                     | Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1,<br>Углеводы-29                              |                      |
| <b>Итого за Обед</b>           |             |                                                                                                                                                                                                                                                              | Калорийность-726, Белки-34, Жиры-15,<br>Углеводы-115                           |                      |
| <b>Итого за день</b>           |             |                                                                                                                                                                                                                                                              | Калорийность-1 318, Белки-54, Жиры-33,<br>Углеводы-199                         | <b>163-03</b>        |
| Шеф-повар _____                |             |                                                                                                                                                                                                                                                              | (Юзаева И.А.)                                                                  |                      |
| Ответственный по питанию _____ |             |                                                                                                                                                                                                                                                              | (Старикова С. Е.)                                                              |                      |
| Калькулятор _____              |             |                                                                                                                                                                                                                                                              | (Зарипова Д.А.)                                                                |                      |