

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 08.06.2026, МОАУ СОШ с. Амзя , Профильный 12-18

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
180	350	Каша пшенная молочная жидкая с м/сл. <i>Крупа пшенная, Молоко 3,2%, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-7, 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-422, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-75	
Обед				
30	106	Огурцы свежие	Калорийность-4, Углеводы-1	
200/5	287	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Сметана 15%</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
30/170	217	Каша гречневая с птицей <i>Куриная грудка, Масло растительное рафинированное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-344, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-45	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
25	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-55, Белки-2, Углеводы-11	
40	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Обед			Калорийность-670, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-109	
Итого за день			Калорийность-1 092, Белки-37, Жиры-23, Углеводы-184	162-00

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)