

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 20.06.2026, МОАУ СОШ с. Амзя , ЦДП 7-11

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
190	351	Каша гречневая молочная <i>Крупа гречневая, Молоко 3,2%, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-198, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-31	
60	565	Булочка дорожная <i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное 72,5%, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная, Дрожжи сухие</i>	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	
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	
Итого за Завтрак			Калорийность-566, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-95	
Обед				
30	106	Огурцы свежие	Калорийность-4, Углеводы-1	
200	248	Суп "Кубанский" на мясномбульоне <i>Картофель неочищенный, Горох, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное рафинированное, Соль йодированная</i>	Калорийность-227, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-20	
30/170/5	285	Макаронник с мясом и м/сл <i>Говядина (категория 1.3), Масло растительное рафинированное, Макароны изделия гр. А, Лук репчатый неочищенный, Масло сливочное 72,5%, Сухари панировочные, Соль йодированная</i>	Калорийность-461, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-52	
200	841	Лимонад лимонный <i>Лимон, Сахар</i>	Калорийность-93, Углеводы-22	
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-923, Белки-38, Жиры-30, Углеводы-124	
Итого за день			Калорийность-1 489, Белки-53, Жиры-44, Углеводы-219	162-00
Шеф-повар _____			(Юзаева И.А.)	
Ответственный по питанию _____			(Старикова С. Е.)	
Калькулятор _____			(Зарипова Д.А.)	