


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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 17.11.2023, МОАУ СОШ села Амзя(дош.отд.), Ясли

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>				
150/4	270	Каша молочная пшеничная жидкая с м/сл	Калорийность-192, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-29	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
10	106	Сыр порциями	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	
Итого за Завтрак			Калорийность-347, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-54	
<u>2 завтрак</u>				
120	619	Кисель "Шиповниковый" с витамином С	Калорийность-13, Углеводы-1	
Итого за 2 завтрак			Калорийность-13, Углеводы-1	
<u>Обед</u>				
30	8	Салат из капусты белокочанной и свеклы	Калорийность-31, Жиры-2, Углеводы-2	
150	149	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	Калорийность-99, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-13	
50	318	Чахохбили	Калорийность-113, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-2	
110	419	Рис отварной	Калорийность-165, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-29	
150	394	Компот из изюма	Калорийность-74, Углеводы-18	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Обед			Калорийность-561, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-80	
<u>Уплотненный полдник</u>				
150	100	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
45	281	Дучмаки с творогом	Калорийность-126, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-15	
180	412	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	
30	114	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Уплотненный полдник			Калорийность-357, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-54	
Итого за день			Калорийность-1 278, Белки-43, Жиры-37, Углеводы-189	135-00
Шеф-повар			(Шамсиева Э.Р.)	
Калькулятор			(Тагирова И.Г.)	