

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



Утверждаю:
_____ (Умурбаева З.Ф.)

Меню

на 25.01.2024, МОАУ СОШ с. Амзя, 5-11кл ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
220/5	264	Каша молочная из пшеничной крупы жидкая с м/сл <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-274, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42	
60	550	Шанежка наливная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (II), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сметана, Масло растительное</i>	Калорийность-180, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-30	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
Итого за Завтрак			Калорийность-630, Белки-20, Жиры-13, Углеводы-110	
Обед				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
250/5	82	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне и со сметаной <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-221, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-13	
30/180	260	Говядина, тушенная с овощами в соусе <i>Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Мука пшеничная, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-260, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-19	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
85	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
60	417	Гребешок из дрожжевого теста <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (II), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Повидло, Масло растительное</i>	Калорийность-206, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-40	
Итого за Обед			Калорийность-921, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-121	
Итого за день			Калорийность-1 550, Белки-59, Жиры-44, Углеводы-232	164-46
Шеф-повар	_____	(Юзаева И.А.)		
Ответственный по питанию	_____	(Старикова С. Е.)		
Калькулятор	_____	(Зарипова Д.А.)		