

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 06.03.2024, 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>				
95/4	307	Омлет натуральный	Калорийность-159, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-3	
5	111	Масло сливочное порциями	Калорийность-33, Жиры-4	
180	411	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	
30	117	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завтрак			Калорийность-311, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-29	
<u>2 завтрак</u>				
100	619	Кисель "Шиповниковый" с витамином С	Калорийность-37, Углеводы-9	
Итого за 2 завтрак			Калорийность-37, Углеводы-9	
<u>Обед</u>				
30	36	Салат из свеклы с яблоками	Калорийность-29, Жиры-2, Углеводы-3	
150	75	Суп куллама по-деревенски на курином бульоне	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12	
30/120	412	Рагу из мяса птицы	Калорийность-204, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-16	
150	394	Компот из изюма	Калорийность-74, Углеводы-18	
40	115	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Обед			Калорийность-456, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-65	
<u>Уплотненный полдник</u>				
180/5	266	Каша "Дружба" с м/сл.	Калорийность-191, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-27	
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-304, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-51	
Итого за день			Калорийность-1 108, Белки-33, Жиры-40, Углеводы-154	135-00

Шеф-повар _____ (Шамсиева Э.Р.)
Калькулятор _____ (Тагирова И.Г.)