

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



Утверждаю:  
\_\_\_\_\_ (Умурбаева З.Ф.)

# Меню

на 12.03.2024, МОАУ СОШ с. Амзя , 1-4 кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>				
185/5	181	Каша жидкая молочная из манной крупы с м/сл <i>Крупа манная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-206, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30	
68	398	Блинчики со сгущенкой (2 шт) <i>Блинчики со сгущенным молоком, Масло растительное</i>	Калорийность-151, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-33	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
Итого за Завтрак			Калорийность-501, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-95	
<b>Обед</b>				
60	69	Салат овощной с зеленым горошком <i>Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Горошек зеленый консерв., Яйцо, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-6	
200	113	Суп лапша домашняя <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-198, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-12	
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15	
30/150	43	Капуста тушеная с мясным фаршем <i>Говядина котлетное , Капуста белокочанная неочищенная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-216, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-10	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
25	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
40	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-88, Белки-3, Углеводы-18	
Итого за Обед			Калорийность-816, Белки-38, Жиры-29, Углеводы-100	
Итого за день			Калорийность-1 317, Белки-51, Жиры-45, Углеводы-195	147-59
Шеф-повар _____			(Юзаева И.А.)	
Ответственный по питанию _____			(Старикова С. Е.)	
Калькулятор _____			(Зарипова Д.А.)	