

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



Утверждаю:
_____ (Умурбаева З.Ф.)

Меню

на 01.04.2024, 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
Завтрак				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
190	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-47	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	
Итого за Завтрак			Калорийность-544, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-81	
Обед				
60	67	Салат из моркови, припущенной с яблоком <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6	
200/5	81	Борщ на мясном бульоне со сметаной <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Сметана</i>	Калорийность-168, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-8	
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15	
30/150	259	Жаркое по-домашнему <i>Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-258, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-21	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Обед			Калорийность-856, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-108	
Итого за день			Калорийность-1 400, Белки-52, Жиры-48, Углеводы-189	147-59
Шеф-повар _____			(Юзаева И.А.)	
Ответственный по питанию _____			(Старикова С. Е.)	
Калькулятор _____			(Зарипова Д.А.)	