

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
Б.Р.Баев



МЕНЮ на 02.12.2022г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша ячневая молочная вязкая, №194, сб. 2021	200	6,37	2,63	7,76	0,00	35,44	231,94	138,7	30,43	199,9	0,79	49,8	56,12	0,64	0,12	0,48	
Какао с молоком № 306, сб. 2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2021г.	90/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Итого за 'Завтрак'		15,34	5,58	19,77	0,79	100,81	631,11	276	78,88	358,9	5,36	119,6	143,49	1,73	0,26	5	
Обед																	
Винегрет овощной №42, сб. 2021	80	1,53	0,00	2,07	0,09	9,15	57,55	19,67	19,8	46,73	0,65	0	329,35	0,15	0,08	9,81	
Свекольник №70 сб. 2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97	
Плов из отварной говядины №120, сб. 2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2021г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0	
Итого за 'Обед'		23,13	13,87	25,91	0,21	98,91	707,70	88,65	109,3	368,1	5,2	61,48	1085,18	1,41	0,23	26,85	
Полдник																	
Ватрушки №280, сб. 2021	80	10,11	6,06	8,03	0,25	34,43	250,37	57,33	14,23	113,2	0,8	29,73	54,58	1,34	0,07	0,07	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
Итого за 'Полдник'		16,78	12,09	10,88	0,89	61,66	410,02	265,2	50,68	270,4	4,47	44,43	77,58	1,66	0,17	16,95	
Ужин																	
Куры отварные №132, сб. 2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14	
Запеканка капустная с маслом №163, сб. 2021	180	5,83	0,05	15,77	0,00	27,52	268,64	80,86	29,08	68,15	1,23	54,93	66,48	4,44	0,07	46,89	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0	
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
Итого за 'ужин'		31,94	24,94	38,27	0,35	53,91	678,53	109	61,76	294,9	3,84	112,4	164,98	5,56	0,19	48,03	
Итого за день		87,19	56,48	94,83	2,23	315,29	2427,36	738,8	300,6	1292	18,9	337,9	1471,23	10,36	0,85	96,83	

Зав. производством: _____

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басв



МЕНЮ на 02.12.2022г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша ячневая молочная вязкая, №194, сб. 2021	200	6,37	2,63	7,76	0,00	35,44	231,94	138,7	30,43	199,9	0,79	49,8	56,12	0,64	0,12	0,48		
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0		
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4		
Итого за 'Завтрак'		15,34	5,58	19,77	0,79	100,81	631,11	276	78,88	358,9	5,36	119,6	143,49	1,73	0,26	5		
Обед																		
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26		
Свскольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97		
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27		
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8		
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	120	0,97	0,00	0,18	0,18	6,13	28,43	5,15	6,91	23,23	0,57	0	0,15	0,21	0,03	0		
Итого за 'Обед'		24,33	13,92	27,38	0,29	106,79	754,62	102	122,1	399,6	5,83	64,31	1214,16	1,56	0,26	30,3		
Полдник																		
Ватрушки №280, сб. 2021	80	8,48	4,33	6,20	0,25	34,13	225,84	42,07	11,92	91,02	0,75	22,8	41,6	1,3	0,07	0,04		
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16		
Итого за 'Полдник'		16,36	11,56	9,49	0,89	63,10	401,84	286,4	52,78	276,2	4,45	40,44	67,6	1,62	0,17	17,1		
Ужин																		
Куры отварные №132, сб.2021	95	24,76	26,28	23,39	0,00	0,42	310,95	21,45	23,11	209,4	2,04	60,65	103,97	0,73	0,07	1,2		
Запеканка капустная с маслом №163, сб. 2021	200	6,48	0,05	17,52	0,00	30,58	298,49	89,84	32,31	75,72	1,37	61,03	73,87	4,93	0,08	52,1		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0		
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0		
Итого за 'Ужин'		36,47	26,33	41,58	0,67	73,85	804,94	126,6	76,98	341,9	4,74	121,7	177,84	6,53	0,25	53,31		
Итого за день		92,50	57,39	98,22	2,64	344,55	2592,51	790,9	330,7	1377	20,4	346,1	1603,08	11,44	0,95	105,7		

Завпроизводством:

[Signature]

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

[Signature]

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 02.12.2022г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша ячневая молочная вязкая, №194, сб. 2021	200	6,37	2,63	7,76	0,00	35,44	231,94	138,7	30,43	199,9	0,79	49,8	56,12	0,64	0,12	0,48	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
Итого за 'Завтрак'		21,57	12,81	22,21	0,59	90,62	642,74	480,7	97,34	512,4	2,74	137,3	161,49	1,53	0,3	2,05	
Обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26	
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	70	0,57	0,00	0,10	0,10	3,58	16,58	3	4,03	13,55	0,33	0	0,09	0,12	0,02	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
Итого за 'Обед'		27,67	13,92	28,34	1,25	143,02	916,90	134,4	146,5	441,6	9,9	64,31	1222,09	2,32	0,36	46,3	
Итого за день		49,24	26,73	50,55	1,83	233,64	1559,64	615,1	243,9	954,1	12,6	201,6	1383,58	3,84	0,66	48,35	

Запроизводством:

Handwritten signature

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Handwritten signature

(Кузьмина О.В.)