

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



МЕНЮ на 03.10.2022г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угледо-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 пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	200	7,20	2,81	8,26	0,00	36,83	240,19	130	35,22	177,5	1,78	61,55	35,57	0,05	0,13	0,51		
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'		16,17	5,76	20,27	0,79	102,21	639,37	267,3	83,68	336,5	6,35	131,4	122,94	1,14	0,28	5,03		
Обед																		
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,78	0,00	4,71	0,00	4,80	63,04	15,01	12,07	25,6	0,56	0	57,53	0,34	0,03	5,7		
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01		
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	110/60	17,09	15,73	16,12	7,18	20,71	295,67	39,66	30,94	152,4	1,35	15,62	124,16	3,63	0,07	1,6		
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0		
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12		
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'		27,27	16,02	30,63	7,56	103,18	786,89	114,5	79,1	297,2	4,17	71,44	458,27	5,37	0,26	20,43		
Полдник																		
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1		
Печенье овсяное сб.2021 ТК № 7	25	0,09	0,09	0,00	0,00	13,74	52,73	3,57	1,19	1,87	0,27	0	0	0	0	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
Итого за 'Полдник'		6,53	6,20	6,63	0,70	43,05	249,17	254,1	42,6	186,1	4,31	25,28	55,1	0,35	0,11	18,6		
Ужин																		
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	80	1,72	0,00	3,61	0,00	10,12	75,35	48,1	16,49	30,19	0,61	0	189,34	1,96	0,02	17,32		
Суфле рыбное №88, сб.2021	120	16,21	16,86	12,01	0,00	3,38	186,33	40,69	14,44	151,7	0,72	82,14	137,55	1,19	0,05	0,08		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54		
Хлеб пшеничный	70	4,63	0,00	0,41	0,41	36,26	167,52	9,1	6,57	30,49	0,59	0	0	0,77	0,06	0		
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26		
Итого за 'Ужин'		27,85	18,38	28,54	1,02	91,14	722,31	178,9	85,57	356,9	3,61	139,1	809,55	4,4	0,3	32,2		
Итого за 'перед сном'																		
перед сном	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23		
Кефир №297 сб. 2021		5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23		
Итого за 'перед сном'		82,93	51,48	91,72	10,07	346,63	2500,58	1026	315,7	1344	18,6	402,5	1485,47	11,26	1,01	77,49		
Итого за день																		

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 03.10.2022г. школа 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	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг			
Завтрак																			
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	180	6,48	2,53	7,44	0,00	33,15	216,17	117	31,7	159,7	1,6	55,39	32,01	0,05	0,12	0,46			
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.	50/10	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			
Кефир №297 сб. 2021	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03			
Итого за 'Завтрак'		18,71	9,74	23,95	0,59	83,80	614,57	416,7	92,73	444,4	3,52	154,6	152,39	0,94	0,29	2,01			
Обед																			
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,62	0,00	3,77	0,00	3,84	50,43	12	9,66	20,48	0,45	0	46,02	0,27	0,02	4,56			
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.- 200/10	200/10	1,60	0,21	4,31	0,16	8,53	76,80	32,5	15,88	37,91	0,58	30,88	195,62	0,18	0,04	9,61			
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41			
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0			1,12
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12			
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0			
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	48	0,39	0,00	0,07	0,07	2,45	11,37	2,06	2,76	9,29	0,23	0	0,06	0,08	0,01	0			
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5			
Итого за 'Обед'		25,82	14,12	26,87	7,53	120,93	814,78	127,8	87,88	284,9	7,64	59,01	386,62	5,25	0,3	34,2			
Итого за день		44,53	23,86	50,81	8,12	204,73	1429,35	544,5	180,6	729,3	11,2	213,6	539	6,18	0,59	36,21			

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 03.10.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг				
Завтрак																				
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	200	7,20	2,81	8,26	0,00	36,83	240,19	130	35,22	177,5	1,78	61,55	35,57	0,05	0,13	0,51				
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				
Кефир №297 сб. 2021	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23				
Итого за 'Завтрак'		20,28	10,88	25,71	0,59	88,66	655,73	464,9	100,4	490	3,72	166,7	162,54	0,94	0,31	2,26				
Обед																				
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,78	0,00	4,71	0,00	4,80	63,04	15,01	12,07	25,6	0,56	0	57,53	0,34	0,03	5,7				
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01				
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	110/60	17,09	15,73	16,12	7,18	20,71	295,67	39,66	30,94	152,4	1,35	15,62	124,16	3,63	0,07	1,6				
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0				
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12				
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.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5				
Итого за 'Обед'		30,66	16,02	31,65	8,58	141,16	956,48	149,4	104,9	340,9	8,57	71,44	466,96	6,16	0,36	37,93				
Итого за день		50,94	26,90	57,37	9,17	229,82	1612,20	614,3	205,3	831	12,3	238,1	629,5	7,1	0,67	40,19				

Завпроизводством: _____

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 03.10.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	200	7,20	2,81	8,26	0,00	36,83	240,19	130	35,22	177,5	1,78	61,55	35,57	0,05	0,13	0,51		
Хлеб пшеничный с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	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		
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		
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'		16,17	5,76	20,27	0,79	102,21	639,37	267,3	83,68	336,5	6,35	131,4	122,94	1,14	0,28	5,03		
Обед																		
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,62	0,00	3,77	0,00	3,84	50,43	12	9,66	20,48	0,45	0	46,02	0,27	0,02	4,56		
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021	200/10	1,69	0,21	4,34	0,18	8,37	76,74	47,4	20,14	40,52	0,64	30,88	255,62	0,3	0,04	12,49		
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41		
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0		
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12		
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	80	0,39	0,00	0,07	0,07	2,45	11,37	2,06	2,76	9,29	0,23	0	0,06	0,08	0,01	0		
Итого за 'Обед'		23,14	14,12	25,93	6,60	86,98	665,37	108,7	67,77	245,5	3,33	59,01	437,87	4,67	0,2	19,58		
Полдник																		
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1		
Печенье овсяное сб.2021ТК № 7	25	0,09	0,09	0,00	0,00	13,74	52,73	3,57	1,19	1,87	0,27	0	0	0	0	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
Итого за 'Полдник'		6,53	6,20	6,63	0,70	43,05	249,17	254,1	42,6	186,1	4,31	25,28	55,1	0,35	0,11	18,6		
Ужин																		
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	80	1,72	0,00	3,61	0,00	10,12	75,35	48,1	16,49	30,19	0,61	0	189,34	1,96	0,02	17,32		
Суфле рыбное №88, сб.2021	120	16,21	16,86	12,01	0,00	3,38	186,33	40,69	14,44	151,7	0,72	82,14	137,55	1,19	0,05	0,08		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,51	25,01	192,26	23,32	34,99	87,82	1,35	42,48	393,05	0,39	0,13	12,12		
Хлеб пшеничный	70	4,63	0,00	0,41	0,41	36,26	167,52	9,1	6,57	30,49	0,59	0	0	0,77	0,06	0		
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26		
Итого за 'Ужин'		27,23	18,37	26,70	0,92	86,13	683,86	174,3	78,57	339,3	3,34	130,6	730,94	4,32	0,28	29,78		
перед сном																		
Кефир №297 сб. 2021	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03		
Итого за 'перед сном'		4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03		
Итого за день		77,33	48,70	84,23	9,00	324,25	2323,47	980,7	293,2	1247	17,5	375,7	1379,86	10,48	0,92	74,01		

Зав.производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)