

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

Наименование блюда

МЕНЮ на 05.09.2023г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	150	3,78	2,23	6,05	0,00	23,67	163,27	93,92	21,14	97,52	0,32	39,8	44,84	0,13	0,04	0,4	
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 сыром №4, сб.2021г.-3	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
йогурт №297 сб. 2021-2	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'		20,60	14,54	19,62	0,52	70,87	541,08	586,9	90,8	492,2	2,23	122,4	147,51	0,91	0,21	2,09	
Обед																	
Салат из свежих помидоров, огурцов и перца сладкого №15-1шк	60	0,74	0,00	2,84	0,03	3,93	42,59	14,26	8,85	16,89	0,45	0	111,95	0,41	0,03	22,28	
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	200	1,49	0,20	3,66	2,06	7,66	67,25	32,23	15,56	34,67	0,54	12	216,73	1,03	0,04	9,33	
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31	
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	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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	
Итого за 'Обед'		25,55	13,94	23,42	2,61	104,68	712,40	115,5	92,01	306,7	5,64	33,23	491,77	4,39	0,24	33,1	
Итого за день		46,15	28,48	43,05	3,13	175,55	1253,48	702,4	182,8	799	7,86	155,6	639,28	5,31	0,45	35,19	
																0,2	

Завпроизводством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



МЕНЮ на 05.09.2023г. 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.			Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	200	5,04	2,97	8,07	0,00	31,56	217,69	125,2	28,18	130	0,43	53,07	59,79	0,18	0,06	0,54
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 сыром №4, сб.2021г-4.	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
йогурт №297 сб. 2021-2	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'		22,71	16,14	22,58	0,52	79,93	612,65	653,5	102	552,7	2,36	141,5	169,06	0,96	0,23	2,43
Обед																
Салат из свежих помидоров, огурцов и перца сладкого №15-1шк	100	1,24	0,00	4,74	0,05	6,56	70,98	23,77	14,75	28,15	0,74	0	186,58	0,69	0,05	37,14
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31
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
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
Итого за 'Обед'		28,69	13,99	27,10	3,31	123,91	832,70	138,8	108,8	350,2	6,58	39,1	625,91	5,3	0,31	50,29
Итого за день		51,40	30,13	49,68	3,83	203,85	1445,35	792,3	210,8	902,8	8,94	180,6	794,97	6,26	0,54	52,72

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

МЕНЮ на 05.09.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	200	5,04	2,97	8,07	0,00	31,56	217,69	125,2	28,18	130	0,43	53,07	59,79	0,18	0,06	0,54
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 сыром №4, сб.2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
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'		18,59	11,02	17,14	0,72	93,48	596,29	455,8	85,27	399,1	4,99	106,2	129,46	1,16	0,2	5,2
Обед																
Салат из свежих помидоров, огурцов и перца сладкого №15-1шк	80	0,99	0,00	3,79	0,04	5,24	56,78	19,02	11,8	22,52	0,59	0	149,26	0,55	0,04	29,71
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31
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
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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'		24,36	13,99	25,07	2,92	96,06	686,83	123,7	92,07	304,5	5,55	36,23	583,31	4,5	0,23	42,86
Полдник																
Суфле творожное запеченое №435 сб. Онищенко Г.Г.	170	8,56	7,88	6,73	0,15	18,90	169,29	70,47	10,95	94,57	0,53	41,85	74,5	0,36	0,03	0,09
повидло	20	0,08	0,00	0,00	0,00	13,20	50,30	2,8	1,4	1,8	0,26	0	0	0	0	0,1
Напиток или кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Итого за 'Полдник'		8,64	7,88	6,73	0,15	47,93	279,76	293,3	24,53	96,37	0,79	143,9	77,78	0,36	0,33	11,39
Ужин																
Тефтели рыбные № 87, сб.2021-1	90/60	13,06	0,46	12,57	0,00	18,07	235,87	30,21	21,1	97,6	0,79	26,33	112,31	0,14	0,09	3,07
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Итого за 'Ужин'		21,82	0,46	21,03	1,50	93,24	643,83	66,57	89,17	270,6	3,82	26,33	120,34	4,55	0,39	25,07
Фрукты ТК № 5	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
йогурт №297 сб. 2021-2	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 "		4,66	4,26	5,10	0,40	17,48	134,38	192,4	29,58	150,7	2,35	29,4	38	0,2	0,07	11,03
Итого за день		78,08	37,62	75,07	5,69	348,19	2341,09	1132	320,6	1221	17,5	342	948,89	10,76	1,23	95,54

Зав.производством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.


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



МЕНЮ на 05.09.2023г. 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 рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	220	5,54	3,26	8,87	0,00	34,71	239,46	137,8	31	143	0,47	58,37	65,77	0,2	0,06	0,59
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 сыром №4, сб.2021г-2.	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
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'		19,10	11,32	17,94	0,72	96,63	618,05	468,3	88,08	412,1	5,03	111,5	135,44	1,18	0,2	5,25
Обед																
Салат из свежих помидоров, огурцов и перца сладкого №15-1шк	100	1,24	0,00	4,74	0,05	6,56	70,98	23,77	14,75	28,15	0,74	0	186,58	0,69	0,05	37,14
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31
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
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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'		26,00	13,99	26,78	2,99	106,24	748,31	132	98,75	325,7	6,03	39,1	625,97	4,87	0,26	50,29
Полдник																
Суфле творожное запеченое №435 сб. Онищенко Г.Г.	200	10,07	9,27	7,92	0,17	22,24	199,17	82,91	12,88	111,3	0,62	49,23	87,65	0,42	0,03	0,1
повидло	30	0,12	0,00	0,00	0,00	19,80	75,45	4,2	2,1	2,7	0,39	0	0	0	0	0,15
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		10,19	9,27	7,92	0,17	62,02	350,54	87,58	14,98	114	1,07	49,23	87,65	0,42	0,04	0,25
Ужин																
Тефтели рыбные № 87, сб.2021-2	100/60	14,80	0,53	14,24	0,00	20,48	267,32	34,24	23,92	110,6	0,9	29,84	127,28	0,16	0,11	3,48
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Итого за 'Ужин'		23,56	0,53	22,70	1,50	95,65	675,28	70,6	91,99	283,6	3,93	29,84	135,31	4,56	0,41	25,48
Фрукты ТК № 5	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
йогурт №297 сб. 2021-2	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 "		5,52	5,12	6,04	0,40	18,66	151,52	227,7	33,7	178,6	2,38	35,28	44,6	0,2	0,08	11,23
Итого за день		84,36	40,23	81,39	5,78	379,20	2543,71	986,2	327,5	1314	18,4	265	1028,97	11,23	0,99	92,51

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)