

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимс

Наимено

Завтрак

МЕНЮ на 07.02.2025 г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,27	
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52	
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	
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	
Хлеб пшеничный ТК № 1	20	1,32	0,00	0,12	0,12	10,36	47,86	2,6	1,88	8,71	0,17	0	0	0,22	0,02	0	
Итого за 'Завтрак'		18,31	6,71	13,79	0,97	114,78	649,04	295,8	89,29	339	5,53	83,12	101,62	1,59	0,33	4,79	
Обед																	
Салат из моркови с изюмом №18	80	0,94	0,00	0,06	0,00	16,15	63,15	15,99	22,34	32,34	0,42	0	1200	0,24	0,04	2,94	
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	225	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73	
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	100	14,80	14,46	5,61	0,00	3,09	121,93	36,94	18,63	148,9	0,92	72,99	98,27	0,98	0,06	0,95	
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	160	5,65	0,02	3,76	0,00	36,43	201,67	9,57	7,58	41,96	0,77	15,31	28,24	0,86	0,07	0	
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №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	
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.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0	
Итого за 'Обед'		35,23	21,94	18,10	0,76	107,89	720,21	94,92	91,81	380,3	5,24	99,62	1556,97	2,87	0,38	7,62	
Полдник																	
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	100	10,66	7,06	7,79	0,02	28,40	226,24	153,4	20,62	144,6	1,02	29,72	69,3	0,96	0,07	1,27	
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 'Полдник'		12,21	8,51	9,24	0,02	39,76	288,65	206,5	26,71	183,8	1,09	35,72	80,3	0,96	0,08	1,53	
Ужин																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	60	1,36	0,49	3,04	0,14	6,30	56,53	9,81	12,38	31,37	0,44	5,76	376,2	1,4	0,04	2,49	
Запеканка капустная с маслом №163, сб. 2021	200	7,95	1,52	18,86	0,00	30,66	316,70	96,22	33,7	97,99	1,66	90,03	104,03	5	0,08	52,1	
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	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0	
Апельсин сб.2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73	
Итого за 'Ужин'		10,36	2,01	22,12	0,36	55,65	450,23	132,8	57,85	153,9	2,53	95,79	486,11	6,62	0,16	98,32	
Итого за день		76,12	39,18	63,25	2,12	318,09	2108,13	730	265,7	1057	14,4	314,3	2225	12,04	0,94	112,3	

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.02.2025 г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	240	9,56	4,40	12,00	0,00	42,24	312,65	190	54,81	217,4	1,36	85,35	95,54	0,36	0,19	0,33
Кофейный напиток на молоке №304, сб. 2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	110	5,68	0,00	0,72	0,72	37,08	176,43	16,53	23,72	62,52	1,44	0	0	0,95	0,11	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
Хлеб пшеничный ТК № 1	20	1,32	0,00	0,12	0,12	10,36	47,86	2,6	1,88	8,71	0,17	0	0	0,22	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		20,42	7,45	15,85	1,04	125,19	717,18	329	100,6	381	5,88	97,35	117,54	1,74	0,37	4,85
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	100	1,18	0,00	0,07	0,00	20,19	78,94	19,99	27,93	40,43	0,53	0	1500	0,3	0,04	3,68
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	120	17,76	17,36	6,74	0,00	3,70	146,31	44,33	22,35	178,6	1,11	87,59	117,92	1,18	0,07	1,14
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
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №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
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.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		41,44	24,84	20,54	1,03	129,05	848,72	116,6	113,7	453,9	6,33	119	1937,78	3,49	0,47	9,48
Полдник																
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	120	12,79	8,48	9,34	0,02	34,08	271,49	184,1	24,75	173,5	1,22	35,66	83,16	1,16	0,08	1,52
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 'Полдник'		14,34	9,93	10,80	0,02	45,44	333,90	237,2	30,84	212,7	1,29	41,66	94,16	1,16	0,1	1,78
Ужин																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	100	2,26	0,81	5,07	0,23	10,51	94,22	16,35	20,63	52,29	0,73	9,6	627	2,34	0,06	4,15
Запеканка капустная с маслом №163, сб. 2021	200	7,95	1,52	18,86	0,00	30,66	316,70	96,22	33,7	97,99	1,66	90,03	104,03	5	0,08	52,1
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Апельсин сб.2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Ужин'		11,42	2,34	24,18	0,48	60,88	492,66	140,2	67,26	178,7	2,92	99,63	736,93	7,59	0,19	99,98
Итого за день		87,63	44,55	71,37	2,58	360,55	2392,46	822,9	312,4	1226	16,4	357,6	2886,42	13,97	1,12	116,1

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШ
Б.Р.И.

ГБОУ
Уфимская
КШ №92

Наименование

Наименование блюда

МЕНЮ на 07.02.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра З (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.02.2025 г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	190	7,57	3,49	9,50	0,00	33,44	247,51	150,4	43,39	172,1	1,08	67,57	75,64	0,29	0,15	0,26
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
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
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	100	10,66	7,06	7,79	0,02	28,40	226,24	153,4	20,62	144,6	1,02	29,72	69,3	0,96	0,07	1,27
Итого за 'Завтрак'		24,19	13,59	20,49	0,41	96,98	663,75	418,7	89,13	429,1	3	109,3	166,94	1,77	0,31	2,05
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	100	1,18	0,00	0,07	0,00	20,19	78,94	19,99	27,93	40,43	0,53	0	1500	0,3	0,04	3,68
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	120	17,76	17,36	6,74	0,00	3,70	146,31	44,33	22,35	178,6	1,11	87,59	117,92	1,18	0,07	1,14
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
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №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
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
Апельсин сб.2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Обед'		42,18	24,84	20,71	1,19	137,06	883,51	141,8	123,8	472,6	6,6	119	1943,63	3,66	0,5	53,2
Итого за день		66,37	38,43	41,20	1,61	234,04	1547,26	560,5	212,9	901,7	9,59	228,3	2110,57	5,43	0,81	55,25

Запроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.