

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

МЕНЮ на 07.03.2024 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ОЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	200	37,52	34,96	6,64	0,00	51,13	413,13	187,4	40,76	293,1	1,14	48,36	55,33	0,46	0,09	0,5
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07
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'		45,27	36,41	12,56	0,74	111,16	730,86	295	86,83	416,2	5,76	57,36	474,38	3,33	0,23	9,83
Обед																
Салат "Мишат" №35, сб.2021	100	1,66	1,06	8,35	0,00	7,98	110,75	21,1	17,98	38,25	1,24	12,5	857,08	3,97	0,03	2,5
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	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
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Компот из смеси сухофруктов №310, 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 подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	80	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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб	40	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
Итого за 'Обед'		33,61	14,99	32,77	7,07	127,28	910,82	104,8	241,5	504,4	10,3	69,14	1288,24	8,35	0,61	8,57
Полдник																
зефир сб.2021	60	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
мандарины сб.2021г.	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
йогурт №297 сб. 2021-2	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
Итого за 'Полдник '		4,99	2,90	5,05	0,60	63,91	305,87	139	38,55	122,9	4,47	12,8	30,77	0,59	0,09	15,52
Ужин																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95
Запеканка картофельная с овощами №173, сб. 2021б/с	220	6,94	2,79	11,18	0,92	35,67	266,38	31,33	42,83	141,5	2,11	33	0	0,08	0,19	15,84
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 №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		13,42	2,79	11,93	1,67	78,50	464,12	73,2	77,02	215,5	4,3	19,8	1,69	1,03	0,25	9,29
Итого за день		97,29	57,09	62,32	10,08	380,85	2411,67	611,9	443,9	1259	24,8	159,1	1795,08	13,31	1,18	43,21

Запроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 07.03.2024 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	160	30,02	27,97	5,32	0,00	40,90	330,51	149,9	32,61	234,5	0,91	38,69	44,27	0,37	0,07	0,4
Чай с молоком №301, сб. пш. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Салат витаминный №21	60	0,89	0,00	2,73	0,00	7,70	56,06	21,62	11,05	18,34	0,55	0	301,91	1,45	0,02	3,8
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'		37,47	29,42	10,33	0,74	98,37	629,55	250,3	75	351,5	5,35	47,69	362,68	2,76	0,21	8,46
Обед																
Салат "Мишпат" №35, сб.2021	60	1,00	0,63	5,01	0,00	4,79	66,45	12,66	10,79	22,95	0,75	7,5	514,25	2,38	0,02	1,5
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	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
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Компот из смеси сухофруктов №310, 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 подовый "Уныш" №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
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
Итого за 'Обед'		29,78	14,55	27,59	6,90	108,86	780,19	86,55	199,4	427,4	8,32	56,53	882,18	6,52	0,5	6,64
Полдник																
зефир сб.2021	60	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
мандарины сб.2021г.	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
йогурт №297 сб. 2021-2	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
Итого за 'Полдник'		4,99	2,90	5,05	0,60	63,91	305,87	139	38,55	122,9	4,47	12,8	30,77	0,59	0,09	15,52
Ужин																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	60	0,93	0,00	0,06	0,06	6,80	27,56	22,95	13,65	26,67	0,87	0	1,27	0,06	0,01	2,22
Запеканка картофельная с овощами №173, сб. 2021б/с	200	6,31	2,54	10,17	0,84	32,43	242,17	28,48	38,94	128,6	1,91	30	0	0,08	0,17	14,4
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
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		9,38	2,54	10,50	1,18	52,77	334,48	54,03	56,15	161,3	3,06	18	1,27	0,49	0,18	7,98
второй ужин																
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
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
Итого за 'второй ужин'		7,29	6,11	6,13	0,20	19,13	159,37	227	32,13	182	0,58	25,28	46,35	0,26	0,09	1,1
Итого за день		81,63	49,41	53,47	9,42	323,91	2050,09	529,9	369,1	1063	21,2	135	1276,9	10,36	0,97	38,6

Зав.производством:

Хурм

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кузьмина

(Кузьмина О.В.)

ГБОУ Уфимская КШИ № 1
Б.Р.Баев
Наименование блока

МЕНЮ на 07.03.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: М.Р. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Б.Р.Баев

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская Б

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)