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

МЕНЮ на 07.04.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46
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 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
Морковь, тушеная с черносливом № 151сб. 2021	60	0,80	0,02	2,27	0,00	11,52	65,65	17,53	23,11	29,99	0,51	10,62	1040,4	0,38	0,02	1,06
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'		**24,15**	**17,84**	**27,90**	**0,74**	**73,24**	**630,62**	**330,6**	**80,64**	**413,8**	**6,73**	**240,6**	**1134,64**	**1,42**	**0,24**	**7,66**
обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021-с 1 марта	80	1,46	0,00	7,97	7,95	7,75	105,68	18,15	19,77	42,75	0,63	0	329,95	3,66	0,08	9,22
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,29	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Жаркое по-домашнему №101, сб.2021 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	23,76	93,72	10,03	4,65	6,12	1,05	0	2,64	0,11	0,01	3,12
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
Итого за 'обед'		**27,42**	**18,75**	**34,13**	**15,86**	**86,39**	**749,74**	**77,3**	**110,2**	**388**	**6,96**	**14,16**	**566,77**	**8,2**	**0,4**	**30,99**
полдник																
йогурт №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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
зефир сб.2021	64,1	0,51	0,51	0,06	0,00	51,79	201,17	16,03	3,85	7,69	0,9	0	0	0	0	0
Итого за 'полдник'		**5,50**	**4,78**	**5,49**	**0,72**	**78,55**	**374,50**	**221,2**	**40,63**	**167,1**	**5**	**29,4**	**42**	**0,36**	**0,1**	**19,03**
Ужин																
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6
Макароны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	160	7,40	3,73	9,23	0,00	25,18	212,75	50,32	10,93	88,76	1,05	73,1	28,24	0,04	0,05	0,15
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
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 'Ужин'		**12,01**	**3,73**	**9,81**	**0,58**	**70,09**	**410,80**	**296,1**	**48,76**	**159,4**	**2,45**	**175,1**	**37,52**	**0,8**	**0,46**	**17,35**
Итого за день		**69,07**	**45,09**	**77,33**	**17,91**	**308,27**	**2165,65**	**925,2**	**280,2**	**1128**	**21,1**	**459,3**	**1780,93**	**10,78**	**1,2**	**75,03**

Зав.производством: _____(Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.04.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
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 пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г	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
Морковь, тушеная с черносливом № 151сб. 2021	60	0,80	0,02	2,27	0,00	11,52	65,65	17,53	23,11	29,99	0,51	10,62	1040,4	0,38	0,02	1,06
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'		**26,74**	**20,37**	**31,84**	**0,74**	**74,24**	**679,89**	**348,7**	**84,94**	**455,1**	**7,17**	**278,4**	**1143,97**	**1,44**	**0,27**	**8,15**
обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,29	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Жаркое по-домашнему №101, сб.2021 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	23,76	93,72	10,03	4,65	6,12	1,05	0	2,64	0,11	0,01	3,12
Хлеб подовый "Уныш" №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'		**28,11**	**18,75**	**36,18**	**17,91**	**90,37**	**785,64**	**83,55**	**117,4**	**406,4**	**7,3**	**14,16**	**649,31**	**9,19**	**0,43**	**33,29**
полдник																
йогурт №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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
зефир сб.2021	64,1	0,51	0,51	0,06	0,00	51,79	201,17	16,03	3,85	7,69	0,9	0	0	0	0	0
Итого за 'полдник'		**6,35**	**5,63**	**6,43**	**0,72**	**79,73**	**391,64**	**256,5**	**44,74**	**195,1**	**5,03**	**35,28**	**48,6**	**0,36**	**0,11**	**19,23**
Ужин																
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
Макароны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	200	9,25	4,66	11,53	0,00	31,48	265,94	62,9	13,67	111	1,31	91,37	35,3	0,05	0,07	0,18
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
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 'Ужин'		**15,21**	**4,66**	**12,29**	**0,75**	**84,52**	**502,43**	**320,9**	**61,41**	**209,8**	**3,22**	**193,4**	**48,58**	**1,02**	**0,5**	**21,38**
Итого за день		**76,41**	**49,41**	**86,74**	**20,12**	**328,87**	**2359,59**	**1010**	**308,5**	**1266**	**22,7**	**521,2**	**1890,46**	**12,01**	**1,31**	**82,07**

Завпроизводством: _____(Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.04.2023г. школа 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, 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																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46
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 пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом	50	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	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'		**26,61**	**22,09**	**30,14**	**0,54**	**47,00**	**564,18**	**475,4**	**70,1**	**509,4**	**3,56**	**259,4**	**127,24**	**0,84**	**0,25**	**3,63**
обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	80	1,46	0,00	7,97	7,95	7,75	105,68	18,15	19,77	42,75	0,63	0	329,95	3,66	0,08	9,22
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	200	4,40	2,12	3,60	0,24	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Жаркое по-домашнему №101, сб.2021 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	23,76	93,72	10,03	4,65	6,12	1,05	0	2,64	0,11	0,01	3,12
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 подовый "Уньш" №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.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'обед'		**28,85**	**18,22**	**34,17**	**16,74**	**114,69**	**864,17**	**107,5**	**128,6**	**412,4**	**11,1**	**11,33**	**532,14**	**8,79**	**0,47**	**47,67**
Итого за день		**55,45**	**40,31**	**64,31**	**17,28**	**161,69**	**1428,36**	**582,9**	**198,7**	**921,8**	**14,7**	**270,7**	**659,39**	**9,64**	**0,72**	**51,3**

Завпроизводством: _____(Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.04.2023г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
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 пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом	60	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	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'		**30,06**	**25,47**	**35,02**	**0,54**	**49,18**	**630,59**	**528,9**	**78,52**	**578,7**	**4,04**	**303**	**143,17**	**0,86**	**0,28**	**4,33**
обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,29	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Жаркое по-домашнему №101, сб.2021 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	23,76	93,72	10,03	4,65	6,12	1,05	0	2,64	0,11	0,01	3,12
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 подовый "Уныш" №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.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'обед'		**31,52**	**18,75**	**37,22**	**18,94**	**128,93**	**957,65**	**119,2**	**143,7**	**450,6**	**11,8**	**14,16**	**658,25**	**9,98**	**0,54**	**51,29**
Итого за день		**61,58**	**44,23**	**72,24**	**19,49**	**178,10**	**1588,24**	**648,1**	**222,2**	**1029**	**15,8**	**317,2**	**801,42**	**10,84**	**0,82**	**55,62**

Завпроизводством: _____(Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____(Кузьмина О.В.)