

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
 В.Ф.Баев

МЕНЮ на 07.09.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150	25,48	22,97	17,89	0,00	39,03	419,24	247,9	37,53	298,7	0,95	111,7	128,45	0,77	0,09	0,49	
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	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	180	1,29	1,31	1,40	0,02	1,97	25,37	47,52	5,48	35,24	0,04	8,1	14,85	0,05	0,01	0,23	
Кисломолочный продукт №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'		32,59	28,54	24,19	0,21	56,99	578,42	476,4	70,06	490,6	1,53	149,2	176,3	1,07	0,18	1,76	
Обед																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	60	1,93	0,61	3,81	0,00	8,34	73,44	11,93	15,84	44,29	0,55	7,2	322,83	1,73	0,06	4,05	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37	
Куры отварные №132, сб.2021-1	90	14,38	12,25	19,09	3,91	14,93	288,79	22,6	18,72	138,7	1,62	73,19	92,26	2,53	0,06	0,35	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
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 "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'		25,05	13,07	32,24	4,44	91,09	741,10	152	100	338,2	7,48	98,92	687,25	7,68	0,31	45,66	
Итого за день		57,64	41,61	56,43	4,65	148,09	1319,52	628,4	170,1	828,8	9,01	248,1	863,55	8,75	0,49	47,42	

Запроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 07.09.2023г. 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																
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150	25,48	22,97	17,89	0,00	39,03	419,24	247,9	37,53	298,7	0,95	111,7	128,45	0,77	0,09	0,49
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
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	180	1,29	1,31	1,40	0,02	1,97	25,37	47,52	5,48	35,24	0,04	8,1	14,85	0,05	0,01	0,23
Кисломолочный продукт №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'		32,59	28,54	24,19	0,21	56,99	578,42	476,4	70,06	490,6	1,53	149,2	176,3	1,07	0,18	1,76
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	60	1,93	0,61	3,81	0,00	8,34	73,44	11,93	15,84	44,29	0,55	7,2	322,83	1,73	0,06	4,05
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37
Куры отварные №132, сб.2021-1	90	14,38	12,25	19,09	3,91	14,93	288,79	22,6	18,72	138,7	1,62	73,19	92,26	2,53	0,06	0,35
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
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 "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'		25,05	13,07	32,24	4,44	91,09	741,10	152	100	338,2	7,48	98,92	687,25	7,68	0,31	45,66
Итого за день		57,64	41,61	56,43	4,65	148,09	1319,52	628,4	170,1	828,8	9,01	248,1	863,55	8,75	0,49	47,42

Завпроизводством:

Рух

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Куз

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.09.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
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.	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	
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'		36,76	29,08	24,15	1,06	114,94	816,33	427,4	86,8	481,6	7,11	138,6	172,58	1,88	0,25	15,08	
Обед																	
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	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6	
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	
Куры отварные №132, сб.2021-1	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14	
Итого за 'Обед'		31,80	25,93	36,29	0,35	64,11	694,15	141,5	96,35	379,1	5,61	85,58	999,7	6,04	0,27	44,16	
Полдник																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021	180	5,17	5,50	5,34	0,00	8,11	100,13	200,3	23,1	148,5	0,16	22,76	41,72	0	0,05	0,99	
Фрукты ТК № 5	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	
кондитерские изделия ТК № 7	20	0,16	0,16	0,02	0,00	16,16	62,77	5	1,2	2,4	0,28	0	0	0	0	0	
Итого за 'Полдник'		5,93	5,66	5,96	0,60	41,67	235,91	229,3	37,8	167,4	3,74	22,76	49,22	0,3	0,1	15,99	
Ужин																	
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе №107, сб.2021	120	10,70	10,34	9,61	0,00	8,90	164,51	29	21,64	122,2	0,93	25,93	42,3	0,28	0,05	0,03	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0	
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	
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	
Итого за 'Ужин'		22,86	11,81	17,25	0,22	69,22	510,39	100,8	174,1	379,3	6,15	58,03	88,52	1,22	0,35	0,29	
второй ужин																	
Кисломолочный продукт №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	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0	
Итого за 'второй ужин'		6,84	4,26	5,03	0,33	22,74	165,90	183,9	31,36	168,1	0,8	29,4	33	0,43	0,1	1,03	
Итого за день		104,19	76,74	88,68	2,55	312,69	2422,69	1083	426,4	1575	23,4	334,4	1343,01	9,87	1,06	76,54	

Зав.производством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.09.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021-2	180/20	33,98	30,63	23,85	0,00	52,04	558,98	330,6	50,04	398,2	1,27	148,9	171,27	1,03	0,12	0,66	
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	
Итого за 'Завтрак'		43,00	33,67	27,52	0,85	121,26	899,62	465,5	91,78	547,4	5,49	160,9	193,27	2,09	0,27	5,18	
Обед																	
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	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,00	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71	
Куры отварные №132, сб.2021	120	19,18	16,33	25,46	5,21	19,91	385,06	30,13	24,96	185	2,16	97,58	123,01	3,37	0,09	0,47	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.1	120	8,94	0,00	1,06	1,06	55,15	270,53	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		36,97	17,41	42,49	6,50	141,65	1084,50	168	105	374,8	5,85	130,3	1088,34	9,15	0,29	51,21	
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	
Фрукты ТК № 5	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	
кондитерские изделия ТК № 7	30	0,24	0,24	0,03	0,00	24,24	94,15	7,5	1,8	3,6	0,42	0	0	0	0	0	
Итого за 'Полдник'		6,58	6,35	6,56	0,60	50,65	278,42	254	40,96	185,1	3,9	25,28	53,85	0,3	0,11	16,1	
Ужин																	
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе №107, сб.2021	150	13,38	12,93	12,01	0,00	11,13	205,64	36,25	27,06	152,7	1,16	32,41	52,87	0,34	0,06	0,04	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	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	
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 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	
Итого за 'Ужин'		28,75	14,40	20,65	0,48	90,94	649,38	115,8	205,5	457	7,49	67,1	102,81	1,72	0,43	0,3	
второй ужин																	
Кисломолочный продукт №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	
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	
Итого за 'второй ужин'		6,66	5,12	5,84	0,20	17,17	150,96	216,2	31,16	184,6	0,57	35,28	39,6	0,26	0,08	1,23	
Итого за день		121,97	76,95	103,07	8,62	421,67	3062,87	1219	474,3	1749	23,3	418,9	1477,87	13,52	1,18	74,01	

Завпроизводством: Резь (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Куз (Кузьмина О.В.)