

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

МЕНЮ на 07.10.2022г. 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	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,73	20,25	12,53	0,15	40,29	353,95	156,7	24,17	206,5	0,83	58,57	111,86	0,55	0,04	0,14		
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0		
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		29,28	23,34	24,22	0,94	106,22	748,80	277,3	55,75	337,8	2,14	128,4	199,16	1,43	0,17	0,66		
Обед																		
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	80	0,73	0,00	3,60	0,04	2,88	45,09	32,76	12,56	30,26	0,5	0	77,28	2,01	0,02	5,79		
Суп из овощей с курами №67, сб.2014 г.	200/25	8,82	7,35	11,58	0,21	10,37	178,57	30,33	23,85	104,7	1,24	58,88	227,38	0,38	0,08	7,11		
Биточки рыбные №83 сб.2021	90	11,02	10,19	7,55	0,00	13,24	164,60	46,74	34,71	144,1	0,86	3,84	11,13	3,73	0,06	0,1		
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	200	8,65	1,44	11,95	0,63	32,40	268,58	44,6	41,7	123,6	1,96	52,04	103,97	0,53	0,16	18,79		
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	0	0
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'		30,21	18,97	34,80	0,99	95,77	800,79	158,4	117,4	418,2	5,01	114,8	419,85	6,79	0,34	31,79		
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26		
мармелад сб.2021	20	0,08	0,00	0,00	0,00	15,32	58,39	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
банан сб.2021г. ТК № 5	248	3,72	0,00	1,24	1,24	56,30	236,84	19,84	104,2	69,44	1,49	0	49,6	0,99	0,1	24,8		
Итого за "		9,02	5,22	6,99	1,24	78,81	400,07	235,6	129,3	240,3	1,67	35,97	89,97	0,99	0,15	26,06		
Ужин																		
помидоры свежие порц.ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20		
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	90	13,02	12,48	5,96	0,28	13,16	158,03	28,85	20,53	113,4	0,9	2,33	7,13	0,37	0,05	0,04		
Свекла тушеная № 146, сб. 2021	150	2,33	0,03	3,88	0,00	18,79	110,21	53,08	31,22	63,12	2	26,65	43,47	0,23	0,03	5		
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 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	0	0
Итого за 'Ужин'		19,91	12,51	10,48	0,92	68,85	436,36	103,9	82,84	237,1	4,56	28,98	157	1,76	0,19	25,05		
Итого за день		88,42	60,04	76,49	4,09	349,65	2386,04	775,3	385,4	1233	13,4	308,1	865,98	10,97	0,86	83,57		

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 07.10.2022г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	200/20	27,64	27,00	16,71	0,20	53,72	471,93	209	32,22	275,3	1,11	78,09	149,15	0,73	0,06	0,19		
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0		
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Завтрак'		36,19	30,09	28,40	0,99	119,65	866,79	329,5	63,81	406,7	2,42	147,9	236,45	1,61	0,18	0,71		
Обед																		
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	0,91	0,00	4,51	0,04	3,60	56,36	40,95	15,71	37,83	0,63	0	96,6	2,51	0,02	7,24		
Суп из овощей с курамаи №67, сб.2014 г.	250/25	9,24	7,40	12,67	0,26	12,96	199,85	36,36	28,1	115,5	1,4	66,6	277,02	0,43	0,1	8,82		
Биточки рыбные №83 сб.2021	120	14,70	13,58	10,07	0,00	17,66	219,46	62,32	46,27	192,1	1,15	5,12	14,84	4,97	0,08	0,13		
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	200	8,65	1,44	11,95	0,63	32,40	268,58	44,6	41,7	123,6	1,96	52,04	103,97	0,53	0,16	18,79		
Компот из изюма №310, сб.2021	250	0,43	0,00	0,00	0,00	41,00	156,26	0,73	0	0	0,07	0	0	0	0	0		
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'		34,90	22,42	39,36	1,11	113,74	928,94	190,1	138,7	492,3	5,78	123,8	492,57	8,65	0,39	34,98		
Ужин																		
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51		
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
банан сб.2021г. ТК № 5	248	3,72	0,00	1,24	1,24	56,30	236,84	19,84	104,2	69,44	1,49	0	49,6	0,99	0,1	24,8		
Итого за "		10,10	6,26	8,15	1,24	87,91	450,24	278,8	134,4	274,5	1,7	43,16	98,04	0,99	0,16	26,31		
Ужин																		
помидоры свежие порц.ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25		
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05		
Свекла тушеная № 146, сб. 2021	180	2,79	0,03	4,66	0,00	22,55	132,25	63,7	37,46	75,75	2,4	31,98	52,16	0,27	0,03	6,01		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	0		
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		
Итого за 'Ужин'		23,08	13,90	12,09	1,12	81,85	513,23	123,6	99,68	278,9	5,5	34,57	193,08	2,16	0,24	31,06		
Итого за день		104,27	72,67	88,00	4,46	403,15	2759,19	922	436,6	1452	15,4	349,4	1020,15	13,41	0,97	93,06		

Завпроизводством:

[Signature]

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

[Signature]

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.10.2022г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,73	20,25	12,53	0,15	40,29	353,95	156,7	24,17	206,5	0,83	58,57	111,86	0,55	0,04	0,14	
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26	
мармелад сб.2021	20	0,08	0,00	0,00	0,00	15,32	58,39	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак '		33,58	28,56	29,78	0,74	108,14	828,56	493,1	80,93	508,7	2,32	164,4	239,53	1,43	0,22	1,92	
Обед																	
Салат из свежих огурцов № 14 сб.2021	80	0,65	0,00	3,59	0,00	3,29	46,06	17,43	9,42	30,01	0,43	0	6,48	1,85	0,02	3,07	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	200	1,68	0,21	4,36	0,21	10,37	85,12	24,12	17,01	43,32	0,62	30,88	198,58	0,18	0,06	6,83	
Биточки рыбные №83 сб.2021	120	14,70	13,58	10,07	0,00	17,66	219,46	62,32	46,27	192,1	1,15	5,12	14,84	4,97	0,08	0,13	
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	200	8,65	1,44	11,95	0,63	32,40	268,58	44,6	41,7	123,6	1,96	52,04	103,97	0,53	0,16	18,79	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	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.	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	
банан сб.2021г. ТК № 5	248	3,72	0,00	1,24	1,24	56,30	236,84	19,84	104,2	69,44	1,49	0	49,6	0,99	0,1	24,8	
Итого за 'Обед '		32,85	15,24	31,75	2,61	156,55	1015,07	176,4	230	490,5	6,4	88,04	373,52	8,95	0,48	53,62	
Итого за день		66,43	43,79	61,52	3,35	264,68	1843,62	669,5	310,9	999,2	8,72	252,4	613,05	10,38	0,7	55,54	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.10.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	200/20	27,64	27,00	16,71	0,20	53,72	471,93	209	32,22	275,3	1,11	78,09	149,15	0,73	0,06	0,19	
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак '		41,57	36,35	35,11	0,79	130,66	996,70	588,5	94,02	611,7	2,63	191,1	284,89	1,61	0,25	2,22	
Обед																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	0,91	0,00	4,51	0,04	3,60	56,36	40,95	15,71	37,83	0,63	0	96,6	2,51	0,02	7,24	
Биточки рыбные №83 сб.2021	120	14,70	13,58	10,07	0,00	17,66	219,46	62,32	46,27	192,1	1,15	5,12	14,84	4,97	0,08	0,13	
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	200	8,65	1,44	11,95	0,63	32,40	268,58	44,6	41,7	123,6	1,96	52,04	103,97	0,53	0,16	18,79	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	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	
банан сб.2021г. ТК № 5	248	3,72	0,00	1,24	1,24	56,30	236,84	19,84	104,2	69,44	1,49	0	49,6	0,99	0,1	24,8	
Итого за 'Обед'		32,64	15,02	28,46	2,60	154,36	977,54	179,7	224,8	470,7	6,34	57,16	265,09	9,65	0,44	50,96	
Итого за день		74,21	51,37	63,56	3,40	285,02	1974,24	768,2	318,8	1082	8,98	248,2	549,98	11,26	0,69	53,18	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)