

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



МЕНЮ на 08.09.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	80/15	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	
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	60	1,00	0,00	4,79	0,00	6,55	69,42	24,25	13,99	27,51	0,89	0	1,41	2,26	0,01	1,41	
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'		31,03	26,16	39,11	0,72	76,23	772,09	563,7	91,61	580,9	7,46	295,7	477,51	4,03	0,25	6,85	
обед																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	80	0,90	0,00	3,62	0,06	3,32	47,48	43,54	16,26	34,4	0,59	0	124,78	2,1	0,02	8,79	
Суп "Салоники" №250 сб.Онищенко Г.Г.	200	5,78	2,63	6,53	4,00	23,28	172,83	23,15	26,41	60,5	0,99	0	352,25	2,12	0,1	7,92	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	100/50	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5	
Каша гречневая рассыпчатая №183, 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.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	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'		31,55	16,11	26,91	7,56	136,07	883,67	100,8	208	430,4	7,92	35,25	622,89	6,88	0,46	18,21	
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	
зефир сб.2021	65	0,52	0,52	0,07	0,00	52,52	204,00	16,25	3,9	7,8	0,91	0	0	0	0	0	
слива ТК № 5 сб. 2021г.	185,2	1,48	0,00	0,56	0,56	20,56	89,66	37,04	16,67	37,04	0,93	0	31,48	1,11	0,11	18,52	
Итого за 'полдник'		6,26	4,78	5,32	0,56	78,96	379,35	229,7	41,15	184,5	1,98	29,4	64,48	1,11	0,16	19,55	
Ужин																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	180	5,12	0,09	13,65	0,12	64,61	388,95	47,31	57,25	117,5	1,47	63,72	925,99	1,56	0,06	1,87	
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	
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №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	
Итого за 'Ужин'		8,88	0,09	14,16	0,63	107,93	576,67	65,2	82,18	167,2	2,86	63,72	1005,79	2,5	0,16	16,87	
Итого за день		77,72	47,14	85,50	9,46	399,19	2611,78	959,4	423	1363	20,2	424	2170,67	14,51	1,02	61,48	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

МЕНЮ на 08.09.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	100/15	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	
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	80	1,34	0,00	6,39	0,00	8,73	92,57	32,34	18,66	36,68	1,19	0	1,88	3,02	0,01	1,88	
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'		34,15	29,11	45,20	0,72	78,92	848,69	590,9	99,47	632,4	8,24	341,5	554,44	4,94	0,26	7,36	
обед																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99	
Суп "Салоники" №250 сб.Онищенко Г.Г.	250	7,23	3,29	8,16	5,00	29,10	216,04	28,94	33,02	75,62	1,24	0	440,31	2,65	0,13	9,9	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	100/50	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5	
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	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	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'		35,26	16,77	30,61	8,63	153,77	998,77	122	247,4	500,5	9,41	40,03	747,77	8,12	0,54	22,39	
полдник																	
йогурт №297 сб. 2021	175,7	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	
зефир сб.2021	65	0,52	0,52	0,07	0,00	52,52	204,00	16,25	3,9	7,8	0,91	0	0	0	0	0	
слива ТК № 5 сб. 2021г.	185,2	1,48	0,00	0,56	0,56	20,56	89,66	37,04	16,67	37,04	0,93	0	31,48	1,11	0,11	18,52	
Итого за 'полдник'		7,12	5,64	6,27	0,56	80,13	396,49	265	45,26	212,4	2,01	35,28	71,08	1,11	0,16	19,75	
Ужин																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 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	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	220	6,26	0,11	16,68	0,14	78,96	475,39	57,82	69,97	143,7	1,8	77,88	1131,77	1,9	0,08	2,29	
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	
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №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	
Итого за 'Ужин'		11,48	0,11	17,40	0,86	131,11	705,56	84,32	107,2	215,1	3,8	77,88	1264,77	3,29	0,22	27,29	
Итого за день		88,01	51,63	99,47	10,77	443,93	2949,51	1062	499,3	1560	23,5	494,7	2638,06	17,47	1,19	76,79	

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 08.09.2023г. 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																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	170	14,81	15,76	23,96	0,00	2,66	285,13	101,8	17,07	226	2,54	244,6	407,79	0,84	0,07	0,22	
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 сыром №4, сб.2021г.	50/15	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	
зефир сб.2021	65	0,52	0,52	0,07	0,00	52,52	204,00	16,25	3,9	7,8	0,91	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		27,48	24,47	32,58	0,52	97,06	779,92	431,9	61,18	475,2	4,74	297,8	477,39	1,62	0,19	0,88	
обед																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	60	0,68	0,00	2,72	0,04	2,49	35,61	32,66	12,2	25,8	0,44	0	93,59	1,57	0,01	6,59	
Суп "Салоники" №250 сб.Онищенко Г.Г.	200	5,78	2,63	6,53	4,00	23,28	172,83	23,15	26,41	60,5	0,99	0	352,25	2,12	0,1	7,92	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	100/50	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5	
Каша гречневая рассыпчатая №183, 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	
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.	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	
груша ТК № 5	180	0,54	0,00	0,40	0,40	17,57	67,97	25,48	16,09	21,46	3,08	0	2,68	0,54	0,03	6,7	
Итого за 'обед'		33,85	16,02	26,77	8,35	143,29	922,63	133,1	234,4	472,2	13,9	35,25	594,33	7,37	0,53	26,71	
Итого за день		61,33	40,49	59,34	8,87	240,35	1702,55	565	295,5	947,4	18,7	333	1071,72	8,99	0,72	27,59	

Заготовлено: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

МЕНЮ на 08.09.2023г. 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	РD,мкг	ТD,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	200	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25	
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 сыром №4, сб.2021г.	70/15	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	
зефир сб.2021	65	0,52	0,52	0,07	0,00	52,52	204,00	16,25	3,9	7,8	0,91	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		29,33	26,44	35,57	0,52	97,40	815,56	444,6	63,32	503,4	5,06	328,3	528,36	1,72	0,2	0,91	
обед																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99	
Суп "Салоники" №250 сб.Онищенко Г.Г.	250	7,23	3,29	8,16	5,00	29,10	216,04	28,94	33,02	75,62	1,24	0	440,31	2,65	0,13	9,9	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	100/50	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5	
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	
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.	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	
груша ТК № 5	180	0,54	0,00	0,40	0,40	17,57	67,97	25,48	16,09	21,46	3,08	0	2,68	0,54	0,03	6,7	
Итого за 'обед'		38,74	16,68	31,49	9,55	168,05	1079,31	167,7	281,5	560,4	15,8	40,03	750,39	9,29	0,64	33,09	
Итого за день		68,07	43,12	67,06	10,07	265,44	1894,87	612,3	344,9	1064	20,8	368,4	1278,75	11,02	0,84	34	

За производство: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)