

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

МЕНЮ на 09.09.2022г. 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																	
Каша ячневая рассыпчатая молочная №178, сб. 2021	180	7,96	2,37	7,24	0,00	43,46	264,92	142,2	38,17	252,3	1,1	44,61	50,26	0,92	0,16	0,43	
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	
Итого за 'Завтрак'		16,52	5,46	18,93	0,79	109,39	659,78	262,7	69,75	383,6	2,41	114,4	137,56	1,8	0,28	0,95	
Обед																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,62	0,00	3,77	0,00	3,84	50,43	12	9,66	20,48	0,45	0	46,02	0,27	0,02	4,56	
Суп из овощей с мясом №67, сб. 2014 г.	200/25	8,98	7,50	10,64	0,21	10,37	170,73	27,61	25,37	113,3	1,67	30,88	198,58	0,34	0,08	6,83	
филе горбуши припущенное №79, сб. 2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25	
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 кураги и чернослива №310, сб. 2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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'		36,15	24,88	27,20	1,08	90,34	729,43	146,7	134,1	447,2	5,86	91,23	549,34	3,58	0,37	30,6	
Полдник																	
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	150/15	30,95	28,84	5,48	0,00	42,18	340,84	154,6	33,63	241,8	0,94	39,9	45,65	0,38	0,07	0,41	
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	
груша ТК № 5	185	0,55	0,00	0,41	0,41	18,05	69,86	26,19	16,54	22,05	3,17	0	2,76	0,55	0,03	6,89	
Итого за 'Полдник'		36,72	34,06	11,65	0,41	67,43	515,54	396,5	75,34	434,7	4,29	75,87	88,78	0,93	0,16	8,56	
Ужин																	
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 лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
Итого за 'Ужин'		19,20	12,51	10,35	0,74	65,09	418,99	95,18	67,57	217,7	3,88	28,98	50,74	1,21	0,15	6,17	
Итого за день		108,59	76,91	68,14	3,01	332,25	2323,74	901,1	346,7	1483	16,4	310,5	826,41	7,52	0,96	46,28	

Зав. производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 09.09.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша ячневая рассыпчатая молочная №178, сб. 2021	200	8,85	2,63	8,05	0,00	48,29	294,36	157,9	42,41	280,4	1,22	49,56	55,85	1,03	0,18	0,48	
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'		17,40	5,72	19,74	0,79	114,22	689,21	278,5	73,99	411,7	2,53	119,4	143,15	1,91	0,3	1	
Обед																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	1,00	0,00	4,73	0,04	4,67	63,69	33,84	18,25	28,82	0,65	0	152,53	0,5	0,03	11,3	
Суп из овощей с мясом №67, сб.2014 г.	250/25	9,40	7,56	11,73	0,26	12,96	192,01	33,64	29,62	124,1	1,83	38,6	248,22	0,39	0,1	8,53	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33	
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 кураги и чернослива №310, сб.2021	250	1,52	0,00	0,16	0,16	48,63	185,81	47,77	35,2	40,54	1,18	0	147	1,6	0,02	0,22	
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'		42,91	30,25	29,55	1,26	105,77	834,64	192,8	164,4	529,5	6,8	101,7	762,63	4,58	0,43	39,17	
Полдник																	
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021-2	200/20	41,27	38,46	7,31	0,00	56,24	454,45	206,1	44,84	322,4	1,25	53,2	60,87	0,51	0,1	0,55	
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	
груша ТК № 5	185	0,55	0,00	0,41	0,41	18,05	69,86	26,19	16,54	22,05	3,17	0	2,76	0,55	0,03	6,89	
Итого за 'Полдник'		48,08	44,71	14,63	0,41	82,93	650,12	491,2	91,59	549,5	4,64	96,36	112,07	1,06	0,19	8,95	
Ужин																	
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 лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
Итого за 'Ужин'		22,15	13,90	11,92	0,90	77,05	490,67	112	80,41	254,3	4,64	34,57	60,22	1,47	0,18	7,18	
Итого за день		130,54	94,59	75,84	3,36	379,97	2664,64	1075	410,4	1745	18,6	352	1078,06	9,02	1,1	56,3	

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 09.09.2022г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша ячневая рассыпчатая молочная №178, сб. 2021	180	7,96	2,37	7,24	0,00	43,46	264,92	142,2	38,17	252,3	1,1	44,61	50,26	0,92	0,16	0,43
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
Итого за 'Завтрак'		20,73	10,67	24,49	0,59	95,99	681,14	478,5	94,93	554,5	2,59	150,4	177,93	1,8	0,34	2,21
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,80	0,00	3,78	0,03	3,73	50,95	27,07	14,6	23,06	0,52	0	122,02	0,4	0,02	9,04
Суп из овощей с мясом №67, сб.2014 г.	200/25	8,98	7,50	10,64	0,21	10,37	170,73	27,61	25,37	113,3	1,67	30,88	198,58	0,34	0,08	6,83
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25
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 кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
груша ТК № 5	185	0,55	0,00	0,41	0,41	18,05	69,86	26,19	16,54	22,05	3,17	0	2,76	0,55	0,03	6,89
Итого за 'Обед'		38,68	24,88	27,85	1,74	120,13	856,39	192,6	162,3	488,4	9,48	91,23	628,05	4,55	0,43	41,97
Итого за день		59,41	35,56	52,33	2,32	216,12	1537,53	671,1	257,2	1043	12,1	241,6	805,98	6,35	0,77	44,18

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

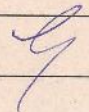
(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 09.09.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша ячневая рассыпчатая молочная №178, сб. 2021	200	8,85	2,63	8,05	0,00	48,29	294,36	157,9	42,41	280,4	1,22	49,56	55,85	1,03	0,18	0,48
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.	60/10	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
Итого за 'Завтрак'		22,66	11,98	26,44	0,59	102,26	731,54	537,5	104,2	616,7	2,74	162,5	191,59	1,91	0,36	2,51
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	1,00	0,00	4,73	0,04	4,67	63,69	33,84	18,25	28,82	0,65	0	152,53	0,5	0,03	11,3
Суп из овощей с мясом №67, сб.2014 г.	250/25	9,40	7,56	11,73	0,26	12,96	192,01	33,64	29,62	124,1	1,83	38,6	248,22	0,39	0,1	8,53
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33
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 кураги и чернослива №310, сб.2021	250	1,52	0,00	0,16	0,16	48,63	185,81	47,77	35,2	40,54	1,18	0	147	1,6	0,02	0,22
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	185	0,55	0,00	0,41	0,41	18,05	69,86	26,19	16,54	22,05	3,17	0	2,76	0,55	0,03	6,89
Итого за 'Обед'		46,16	30,25	30,28	1,99	141,50	988,89	225,8	191	576	10,5	101,7	765,32	5,56	0,51	46,06
Итого за день		68,82	42,23	56,72	2,58	243,75	1720,44	763,3	295,2	1193	13,3	264,3	956,91	7,47	0,87	48,57

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)