

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

МЕНЮ на 09.09.2024 г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углено- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак															
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,4
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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
Морковь с сахаром №16	60	0,70	0,00	0,05	0,00	7,60	30,43	13,76	19,04	27,56	0,36	0	1152	0,23	1,15
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	4
Итого за 'Завтрак'		14,15	5,16	18,06	0,79	95,86	591,58	245,7	81,59	269,6	5,24	109,3	1266,05	1,36	6,07
Обед															
Салат витаминный №21	60	0,89	0,00	2,73	0,00	7,70	56,06	21,62	11,05	18,34	0,55	0	301,91	1,45	3,8
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	11,66
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,27
Кисель, "Витюшка" 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	11,2
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
Итого за 'Обед'		21,91	13,89	27,48	2,69	90,12	684,26	307,1	103,9	323,7	4,47	167,2	1141,5	3,69	26,94
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	1,1
Мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	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	18
Итого за 'Полдник'		6,62	6,11	6,65	0,72	60,53	315,66	251,3	41,86	184,8	4,14	25,28	55,35	0,36	19,1
Ужин															
Салат "Школьный" №32, сб.2021	60	1,04	0,00	4,44	0,00	5,94	64,56	20,04	12,52	27,2	0,68	0	5,54	2,26	2,75
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,00	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	14,54
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
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	1,12
Итого за 'Ужин'		8,13	0,07	15,95	0,39	65,72	429,98	59,77	68,17	168	3,15	50,98	477,34	3,27	18,41
второй ужин															
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0
Кефир №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	1,23
Итого за 'второй ужин'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	1,23
Итого за день		56,96	30,35	73,92	4,72	326,03	2156,39	1079	324,5	1125	17,4	388	2979,84	8,85	71,75

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

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

МЕНЮ на 09.09.2024 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда		Белки, г		Жиры, г		Углаго- ды, г	ОЦ, 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																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021		180	5,37	2,65	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48	
Какао с молоком № 306, сб.2021		200	3,27	2,90	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом №3, сб.2021г.		100/10	4,69	0,05	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Морковь с сахаром №16		100	1,17	0,00	0,08	12,67	50,72	22,94	31,74	45,94	0,6	0	1920	0,38	0,04	1,92	
Сок фруктовый ТК № 6		200	1,00	0,00	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Итого за 'Завтрак'			15,52	5,60	0,79	105,51	644,26	273,8	97,1	304,6	5,54	117,2	2039,39	1,52	0,25	6,92	
Обед																	
Салат витаминный №21		100	1,48	0,00	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34	
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко		250	1,87	0,25	4,58	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66	
Плов из отварной говядины №120, сб.2021		250	18,51	13,64	20,05	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27	
Кисель, "Витонка" витаминный №317, сб.2021		200	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.		120	0,97	0,00	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'			22,83	13,89	29,36	97,30	731,10	323,2	113,6	343,6	5,02	167,2	1342,82	4,73	0,47	29,47	
Полдник																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021		200	5,74	6,11	5,93	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1	
Мармелад сб.2021		40	0,16	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.		180	0,72	0,00	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
Итого за 'Полдник'			6,62	6,11	6,65	60,53	315,66	251,3	41,86	184,8	4,14	25,28	55,35	0,36	0,11	19,1	
Ужин																	
Салат "Школьный" №32, сб.2021		100	1,74	0,00	7,40	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58	
Картофель тушеный №146, сб. 2021		220	4,57	0,09	13,52	36,69	281,98	34,21	51,32	128,8	1,98	62,3	576,47	0,57	0,19	17,77	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.		80	4,13	0,00	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0	
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021		200	0,25	0,00	0,05	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
Итого за 'Ужин'			10,69	0,09	21,50	83,09	556,36	82,36	90,16	221	4,22	62,3	585,84	5,06	0,31	23,48	
второй ужин																	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.		20	1,03	0,00	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0	
Кефир №297 сб. 2021		200	5,68	5,68	6,27	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37	
Итого за 'второй ужин'			6,72	5,68	6,40	14,58	146,35	238,2	31,75	197,6	0,46	39,2	44	0,17	0,08	1,37	
Итого за день			62,37	31,37	83,21	361,01	2393,73	1169	374,4	1251	19,4	411,2	4067,41	11,84	1,23	80,34	

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

МЕНЮ на 09.09.2024 г. школа 7-11 лет

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

МЕНЮ на 09.09.2024 г. школа с 12 лет и старше

(Кузьмина О.В.)

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Завпроизводством: