


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

МЕНЮ на 09.10.2023г. 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			
																	Ca	Mg	P
Завтрак																			
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2			
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			
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			
Салат из моркови с изюмом №18	60	0,71	0,00	0,04	0,00	12,11	47,36	12	16,76	24,26	0,32	0	900	0,18	0,03	2,21			
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'		12,62	2,80	16,47	0,79	99,07	585,33	162,2	79,15	228,5	5,23	111,2	1025,15	1,5	0,26	7,53			
Обед																			
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6			
Щи "Новгородские" с мясом №287, сб.Онищенко	225	8,78	7,49	9,94	2,06	7,66	152,86	35,72	23,92	104,6	1,59	12	216,73	1,19	0,06	9,33			
Финболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	130	13,75	12,73	9,20	0,04	15,37	198,55	27,22	29,19	155,9	1,07	19,04	133,8	4,16	0,07	1,48			
спагетти отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0			
кисель "Витошка" 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	0,3	11,2			
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	80	5,96	0,00	0,71	0,71	36,77	180,35	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Итого за 'Обед'		34,27	20,23	23,43	2,87	111,88	790,56	305,7	80,8	325	3,74	147,4	386,28	6,21	0,52	28,01			
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			
зефир сб.2021	50	0,40	0,40	0,05	0,00	40,40	156,92	12,5	3	6	0,7	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	0,05	18			
Итого за 'Полдник'		6,86	6,51	6,70	0,72	70,29	355,79	263,8	44,86	190,8	4,84	25,28	55,35	0,36	0,11	19,1			
Ужин																			
Ужин	60	0,95	0,00	4,51	0,00	6,28	68,29	10,81	10,8	22,15	0,33	0	390,62	2,3	0,02	1,29			
Салат "Мазайка" №36, сб.2021	230	16,42	14,61	19,89	7,71	18,44	314,00	39,75	47,35	196,8	2,91	6,84	788,9	3,94	0,11	11,94			
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	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			
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	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			
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021		22,81	17,65	27,54	8,04	56,49	556,25	163,9	81,1	325,6	4	18,84	1201,52	6,68	0,21	13,75			
Итого за 'Ужин'																			
второй ужин	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			
снежок №297 сб. 2021	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			
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.		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 'второй ужин'		83,41	51,46	79,18	12,74	360,47	2453,84	1080	317,3	1238	18,6	332,1	2701,31	15,19	1,2	69,41			
Итого за день																			

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 09.10.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	160	6,37	2,93	8,00	0,00	28,16	208,43	126,6	36,54	144,9	0,91	56,9	63,69	0,24	0,12	0,22		
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		
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		
Салат из моркови с изюмом №18	100	1,18	0,00	0,07	0,00	20,19	78,94	19,99	27,93	40,43	0,53	0	1500	0,3	0,04	3,68		
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'		13,49	2,98	17,00	0,79	108,90	629,94	178,1	92,61	253,7	5,5	114,7	1629,13	1,64	0,28	9,01		
Обед																		
огурцы свежие порц. ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10		
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	275	9,16	7,54	10,85	2,57	9,57	169,68	43,78	27,81	113,3	1,73	15	270,91	1,45	0,07	11,66		
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	150	15,86	14,68	10,62	0,05	17,74	229,10	31,41	33,68	179,9	1,23	21,97	154,39	4,8	0,08	1,71		
спагетти отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0		
кисель "Витошка" 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	0,3	11,2		
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	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'		41,12	22,24	26,86	3,78	142,78	972,28	329	96,2	382,3	4,42	156,2	470,35	7,31	0,56	34,57		
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		
зефир сб.2021	50	0,40	0,40	0,05	0,00	40,40	156,92	12,5	3	6	0,7	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	0,05	18		
Итого за 'Полдник'		6,86	6,51	6,70	0,72	70,29	355,79	263,8	44,86	190,8	4,84	25,28	55,35	0,36	0,11	19,1		
Ужин																		
Салат "Мазайка" №36, сб.2021	100	1,58	0,00	7,52	0,00	10,47	113,82	18,01	17,99	36,91	0,55	0	651,03	3,84	0,04	2,16		
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98		
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		
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		
Итого за 'Ужин'		25,90	18,92	32,41	8,84	69,02	661,17	177,6	96,73	368,9	4,73	19,43	1530,53	8,73	0,25	15,65		
второй ужин																		
снежок №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		94,04	55,77	88,81	14,32	408,17	2770,13	1165	361,6	1380	20,1	350,9	3724,97	18,3	1,3	79,56		

Завпроизводством:

Хурматуллина Р.М. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кузьмина О.В. (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 09.10.2023г. 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	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2		
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		
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		
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	0,05	18		
Итого за 'Завтрак'		11,64	2,80	16,94	1,31	87,23	539,12	165	70,59	210	6,07	111,2	134,15	1,48	0,27	19,32		
Обед																		
огурцы свежие порц. ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6		
Щи "Новгородские" с мясом №287, сб.Онищенко	225	8,78	7,49	9,94	2,06	7,66	152,86	35,72	23,92	104,6	1,59	12	216,73	1,19	0,06	9,33		
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	140	14,81	13,71	9,91	0,05	16,55	213,82	29,32	31,43	167,9	1,15	20,51	144,1	4,48	0,08	1,59		
спагетти отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	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.	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'		32,82	21,21	23,97	2,70	97,00	727,32	109,9	90,25	383	7,37	46,86	393,36	7,16	0,29	20,92		
Итого за день		44,46	24,01	40,91	4,00	184,23	1266,43	274,8	160,8	593,1	13,4	158	527,51	8,64	0,56	40,25		

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)


Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 09.10.2023г. 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг			
Завтрак																		
Каша пшенинная молочная жидкая №208, сб. 2021	160	6,37	2,93	8,00	0,00	28,16	208,43	126,6	36,54	144,9	0,91	56,9	63,69	0,24	0,12	0,22		
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		
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		
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	0,05	18		
Итого за 'Завтрак'		12,04	2,98	17,44	1,31	88,99	552,14	172,9	72,88	219,1	6,13	114,7	138,13	1,5	0,27	19,34		
Обед																		
огурцы свежие порц. ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10		
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	275	9,16	7,54	10,85	2,57	9,57	169,68	43,78	27,81	113,3	1,73	15	270,91	1,45	0,07	11,66		
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	150	15,86	14,68	10,62	0,05	17,74	229,10	31,41	33,68	179,9	1,23	21,97	154,39	4,8	0,08	1,71		
спагетти отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	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	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Обед'		41,49	22,24	27,01	3,93	144,79	982,10	132	105	430,4	8	54,19	467,07	8,03	0,34	27,37		
Итого за день		53,53	25,23	44,46	5,24	233,78	1534,25	304,8	177,8	649,5	14,1	168,9	605,2	9,53	0,62	46,71		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)