

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 10.04.2025 г. 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																
Плов фруктовый №221, сб. 2021	150	4,27	0,08	11,37	0,10	53,84	324,13	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56
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 ТК № 1	50	3,31	0,00	0,29	0,29	25,90	119,66	6,5	4,69	21,78	0,42	0	0	0,55	0,04	0
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53
Итого за 'Завтрак'		9,65	0,08	21,68	10,32	98,96	614,36	71,35	77,84	174,5	2,5	53,1	1184,24	6,43	0,19	14,21
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью ТК № 8	80	1,00	0,00	6,55	6,55	4,13	77,72	35,68	19,4	32,53	0,73	0	137,72	3,31	0,04	24,4
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Шницель № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,50	13,87	6,63	0,32	14,64	175,76	33,07	25,16	128,9	1,16	2,59	7,92	0,45	0,05	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,68	140,57	35,6	28,41	83,22	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13
Хлеб пшеничный ТК № 1	40	2,64	0,00	0,23	0,23	20,72	95,73	5,2	3,75	17,42	0,34	0	0	0,44	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный №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
Итого за 'Обед'		24,79	14,81	20,16	7,73	111,43	709,94	154,9	114,8	341,6	4,81	32,47	484,91	5,8	0,33	40,24
Итого за день		34,44	14,89	41,84	18,05	210,39	1324,30	226,2	192,6	516	7,3	85,57	1669,15	12,23	0,52	54,45

Заготовлено: Р.М. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра О.В. (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 10.04.2025 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	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	А,мг	РЭ,мкг
	Выход, г															
Завтрак																
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
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 ТК № 1	60	3,97	0,00	0,35	0,35	31,08	143,59	7,8	5,63	26,13	0,51	0	0	0,66	0,05	0
Винегрет овощной №42, сб.2021	110	2,01	0,00	10,96	10,92	10,65	145,31	24,96	27,18	58,78	0,86	0	453,69	5,03	0,1	12,68
Итого за 'Завтрак '		11,35	0,09	25,01	11,39	115,87	716,33	82,8	90,79	203,8	2,9	63,72	1379,82	7,26	0,22	15,67
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью ТК № 8	100	1,25	0,00	8,18	8,18	5,16	97,16	44,6	24,25	40,66	0,92	0	172,15	4,14	0,05	30,5
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Шницель № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,50	13,87	6,63	0,32	14,64	175,76	33,07	25,16	128,9	1,16	2,59	7,92	0,45	0,05	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13
Хлеб пшеничный ТК № 1	60	3,97	0,00	0,35	0,35	31,08	143,59	7,8	5,63	26,13	0,51	0	0	0,66	0,05	0
Хлеб ржано-пшеничный №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		27,70	15,01	23,37	9,61	132,09	831,88	177,6	132,5	390,5	5,63	38,88	572,86	6,98	0,4	49,73
Итого за день		39,04	15,10	48,38	21,00	247,96	1548,21	260,4	223,3	594,3	8,54	102,6	1952,68	14,24	0,62	65,41

Завпроизводством: _____ (Хурматулина Р.М.) Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)