

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

МЕНЮ на 10.09.2024 г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	210	3,70	3,05	4,29	0,00	15,57	114,77	112	18,27	98,94	0,21	18,55	34,07	0,07	0,04	0,55
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	0,03	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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	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
Итого за 'Завтрак'		18,94	12,28	21,97	0,79	81,24	591,27	275	72,34	347,8	5,95	218,4	256,64	1,47	0,21	5,07
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
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2021	200	9,01	7,63	9,22	0,08	14,85	177,00	21,5	25,42	124	1,61	16,47	174,31	0,39	0,08	4,77
Филе минтая , тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87
Картофель по деревенски № 625 сб. Опищенко Г.Г.	150	4,09	0,00	6,63	0,87	35,03	214,34	19,26	43,54	109,9	1,71	0	6,58	3,15	0,19	17,4
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,01	0,01	20,04	77,98	4,46	1,14	2,05	0,12	0	0,2	0,02	0	1,6
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'		33,06	20,25	22,96	1,74	116,98	799,04	85,95	109,2	393,6	4,56	21,93	196,31	4,46	0,35	32,64
Полдник																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,67	20,25	12,53	0,15	31,28	319,60	154,9	23,26	205,3	0,66	58,57	111,86	0,55	0,04	0,11
Йогурт №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
Итого за 'Полдник'		25,79	25,36	18,18	0,15	38,34	422,44	366,6	47,95	372,9	0,84	93,85	151,46	0,55	0,1	1,35
Ужин																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	90	1,06	0,00	8,00	0,00	10,82	114,95	22,36	25,5	42,8	0,55	0	1440	4,28	0,04	1,98
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,81	5,32	15,87	0,00	34,67	325,45	210,4	18,56	163,4	0,92	112,8	125,96	0,99	0,07	0,14
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
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6
Итого за 'Ужин'		13,54	5,32	24,09	0,23	75,17	563,67	242,3	52,22	226,2	1,95	112,8	1567,16	5,55	0,14	5,72
второй ужин																
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
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	0,02	0
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		98,10	69,33	93,27	3,04	327,48	2519,75	1195	311,7	1517	13,7	472,2	2217,93	12,2	0,88	45,87

Зав.производством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 10.09.2024 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- 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,мг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65
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	0,03	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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	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
Итого за 'Завтрак'		19,65	12,86	22,79	0,79	84,20	613,13	296,4	75,82	366,6	5,99	221,9	263,13	1,48	0,21	5,17
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
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2021	250	9,49	7,55	10,04	0,11	19,32	203,70	26,41	30,12	140,7	1,79	20,59	217,88	0,46	0,09	5,97
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08	3,44
Картофель по деревенски № 625 сб. Опиценко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,01	0,01	20,04	77,98	4,46	1,14	2,05	0,12	0	0,2	0,02	0	1,6
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'		37,37	22,70	26,41	1,99	131,49	902,94	109,3	134,4	475,6	5,46	27,14	247,05	5,36	0,43	41,89
Полдник																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	200	25,06	24,54	15,19	0,19	37,92	387,39	187,7	28,19	248,9	0,8	70,99	135,59	0,66	0,05	0,14
Йогурт №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Итого за 'Полдник'		30,74	30,23	21,46	0,19	45,76	501,66	422,9	55,63	435,1	1	110,2	179,59	0,66	0,11	1,51
Ужин																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	120	1,41	0,00	10,67	0,00	14,42	153,27	29,81	34	57,07	0,73	0	1920	5,7	0,05	2,64
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	12,01	5,91	17,63	0,00	38,53	361,61	233,8	20,62	181,5	1,02	125,3	139,96	1,1	0,08	0,16
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
Напиток апельсиновый №313, сб. shk. 2021 г.б/с	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6
Итого за 'Ужин'		16,64	5,91	28,72	0,42	92,74	686,26	277,6	69,25	275,7	2,62	125,3	2061,16	7,35	0,19	6,4
второй ужин																
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
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	0,02	0
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		111,17	77,81	105,44	3,52	369,95	2847,33	1332	365	1729	15,5	509,9	2797,28	15,02	1,03	56,06

Завпроизводством: _____ (Хурматулина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 10.09.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 10.09.2024 г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	11,46	5,98	16,53	0,00	34,67	334,21	235,4	19,94	178,4	0,94	118,1	131,91	1	0,07	0,16
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	4,64	4,35	4,54	0,00	16,49	121,48	161,4	27,14	131,1	0,62	18	33,07	0,01	0,04	0,78
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	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
Йогурт №297 сб. 2021	120	3,41	3,41	3,76	0,00	4,70	68,56	141,1	16,46	111,7	0,12	23,52	26,4	0	0,04	0,82
Итого за 'Завтрак'		22,09	13,74	25,16	0,33	72,72	604,45	545,4	74,32	449,7	2,32	159,6	191,38	1,44	0,2	1,76
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
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2021	250	9,52	7,68	10,13	0,10	18,57	201,68	26,09	29,87	138,7	1,78	20,59	217,88	0,45	0,09	5,97
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	160	14,33	13,47	6,76	0,02	8,73	149,13	28,71	32,74	141,3	0,81	5,83	9,84	0,89	0,07	3,06
Картофель по деревенски № 625 сб. Опищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,01	0,01	20,04	77,98	4,46	1,14	2,05	0,12	0	0,2	0,02	0	1,6
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
Итого за 'Обед'		33,31	21,15	25,44	1,77	116,68	814,74	117,4	147	503,6	6,48	26,41	245,9	5,88	0,5	41,51
Итого за день		55,40	34,89	50,60	2,09	189,40	1419,19	662,8	221,3	953,3	8,8	186	437,29	7,32	0,7	43,27

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)