

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

МЕНЮ на 10.10.2024 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,27
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	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
Апельсин сб.2021г.	270	0,67	0,00	0,15	0,15	7,65	33,03	25,25	9,65	17,08	0,22	0	5,94	0,15	0,03	44,55
Итого за 'Завтрак'		14,88	5,17	20,27	0,74	84,62	573,58	251,3	80,82	290,4	2,62	134,9	161,86	1,33	0,29	45,08
Обед																
Салат "Мишат" №35, сб.2021	60	1,00	0,63	5,01	0,00	4,79	66,45	12,66	10,79	22,95	0,75	7,5	514,25	2,38	0,02	1,5
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200	1,54	0,21	4,16	0,00	11,40	85,44	32,24	17,53	39,43	0,83	29,98	193,46	0,19	0,04	6,06
Куры отварные, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
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	0,3	11,2
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №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'		33,88	21,24	33,71	0,28	92,74	788,49	303,9	201,5	430,7	8,44	214,4	909,82	4,25	0,71	20,34
Полдник																
Молоко кипяченное №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
Печенье сб.2021 ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		7,17	6,13	9,67	0,00	20,92	197,13	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Ужин																
Икра кабачковая №49, сб.2021	60	1,12	0,00	4,81	0,00	5,64	67,45	24,11	8,82	21,76	0,41	0	91,8	1,86	0,01	1,47
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	200	14,58	11,96	13,86	0,52	26,88	288,53	23,1	45,6	173,5	1,93	20,05	101,82	2,05	0,09	1,03
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №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 'Ужин'		18,89	15,00	21,54	0,58	49,48	459,22	154,8	68,91	281,3	2,64	32,05	215,67	3,98	0,14	3,02
Итого за день		74,82	47,55	85,19	1,60	247,77	2018,42	932,5	376,9	1167	13,9	406,7	1333,7	9,56	1,2	69,54

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

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

МЕНЮ на 10.10.2024 г. 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 пшенинная молочная жидкая №208, сб. 2021	250	9,96	4,59	12,50	0,00	44,00	325,67	197,9	57,09	226,5	1,42	88,9	99,52	0,38	0,19	0,34
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
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
Апельсин сб.2021г.	270	0,67	0,00	0,15	0,15	7,65	33,03	25,25	9,65	17,08	0,22	0	5,94	0,15	0,03	44,55
Итого за 'Завтрак'		16,87	6,08	22,77	0,74	93,42	638,72	290,9	92,24	335,7	2,91	152,7	181,76	1,41	0,33	45,15
Обед																
Салат "Мишат" №35, сб.2021	100	1,66	1,06	8,35	0,00	7,98	110,75	21,1	17,98	38,25	1,24	12,5	857,08	3,97	0,03	2,5
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250	1,92	0,26	5,20	0,00	14,25	106,79	40,3	21,91	49,29	1,04	37,48	241,83	0,24	0,05	7,57
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	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 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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №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'		48,07	33,69	51,84	0,45	116,36	1097,96	337,6	257,7	625,7	11,4	267,2	1357,36	6,52	0,85	24,19
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
Печенье сб.2021 ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		7,17	6,13	9,67	0,00	20,92	197,13	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Ужин																
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,49	0,00	6,41	0,00	7,52	89,93	32,14	11,76	29,01	0,55	0	122,4	2,48	0,01	1,96
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	200	14,58	11,96	13,86	0,52	26,88	288,53	23,1	45,6	173,5	1,93	20,05	101,82	2,05	0,09	1,03
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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №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 'Ужин'		19,42	15,00	23,17	0,61	52,38	486,44	163,7	73	292,5	2,87	32,05	246,3	4,63	0,14	3,51
Итого за день		91,53	60,91	107,45	1,80	283,08	2420,24	1015	448,6	1419	17,3	477,2	1831,77	12,56	1,39	73,95

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 10.10.2024 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
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
Апельсин сб.2021г.	270	0,67	0,00	0,15	0,15	7,65	33,03	25,25	9,65	17,08	0,22	0	5,94	0,15	0,03	44,55
Итого за 'Завтрак'		14,08	4,80	19,27	0,74	81,10	547,53	235,5	76,25	272,3	2,51	127,8	153,9	1,3	0,28	45,05
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200	1,54	0,21	4,16	0,00	11,40	85,44	32,24	17,53	39,43	0,83	29,98	193,46	0,19	0,04	6,06
Куры отварные, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0
Кисель "Витонка" 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 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.	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 "		33,98	20,61	29,13	0,35	94,33	754,93	293,7	201,7	426,3	8,13	208,5	397,43	1,99	0,72	18,84
Итого за день		48,06	25,41	48,40	1,08	175,43	1302,46	529,1	277,9	698,6	10,6	336,3	551,32	3,29	1	63,89

Заготовлено: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 10.10.2024 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,27
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом №1, 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
Апельсин сб.2021г.	270	0,67	0,00	0,15	0,15	7,65	33,03	25,25	9,65	17,08	0,22	0	5,94	0,15	0,03	44,55
Итого за 'Завтрак'		14,88	5,17	20,27	0,74	84,62	573,58	251,3	80,82	290,4	2,62	134,9	161,86	1,33	0,29	45,08
Обед																
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250	1,92	0,26	5,20	0,00	14,25	106,79	40,3	21,91	49,29	1,04	37,48	241,83	0,24	0,05	7,57
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Кисель "Витонка" 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 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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №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'		46,41	32,64	43,49	0,45	108,38	987,21	316,5	239,7	587,5	10,1	254,7	500,28	2,55	0,82	21,69
Итого за день		61,29	37,80	63,76	1,19	193,00	1560,79	567,8	320,6	877,9	12,8	389,6	662,13	3,88	1,12	66,78

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)