

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 10.11.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,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	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
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	
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'		25,39	17,22	21,93	0,72	89,17	650,01	472,4	88,08	481,1	6,12	236,5	264,51	1,51	0,28	4,86	
Обед																	
Салат из свежих помидоров №99 сб.Онищенко Г.Г.	60	0,76	0,00	6,00	6,00	3,22	68,99	23,53	14,85	19,1	0,57	0	127,22	3,12	0,03	20,43	
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	200	2,00	0,21	4,33	0,14	14,57	100,10	41,68	24,51	51,4	1,23	30,88	219,48	0,31	0,05	8,33	
Котлеты "Полтавские" с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ 2022	140	17,42	16,63	14,60	5,99	16,29	264,62	17,44	32,62	154	1,71	10,44	94,95	3,04	0,07	1,29	
Макаронные изделия 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	
Компот из яблок с лимоном №284, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,21	19,22	76,46	9,9	4,65	6,12	1,03	0	2,64	0,11	0,01	3,12	
Хлеб подовый "Уныш" №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	0,02	0	
Итого за 'Обед'		26,37	16,86	28,76	12,45	91,53	718,18	105	88,34	285,4	5,65	55,67	470,87	7,53	0,24	33,17	
Полдник																	
снежок №297 сб. 2021	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	
Пирожки печеные с картофелем № 267, сб. 2021	80	5,38	0,89	5,08	0,00	32,99	197,79	16,94	13,02	61,49	0,86	22,36	41,22	0,81	0,08	0,61	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
Итого за 'Полдник'		10,28	5,16	10,43	0,64	57,43	361,38	218,9	48	218,7	4,53	51,76	82,22	1,13	0,17	17,64	
Ужин																	
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	100	17,81	17,71	0,68	0,00	0,82	80,10	23,15	27,29	157,7	0,51	9,23	92,3	1,13	0,08	0,27	
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	200	4,09	0,01	5,48	0,38	26,92	167,77	58,9	38,41	87,57	1,5	14,1	69,62	1,84	0,11	24,79	
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	
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	
Итого за 'Ужин'		26,03	19,17	7,94	0,70	55,95	390,47	142,6	82,56	312,8	2,73	29,33	172,92	3,4	0,26	25,32	
Итого за день		88,08	58,41	69,06	14,51	294,08	2120,04	938,9	307	1298	19	373,3	990,53	13,57	0,95	80,99	

Зав.производством:

Зав

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Мед


(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 10.11.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,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	
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 пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб. 2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
Итого за 'Завтрак'		18,76	10,95	16,69	1,16	86,84	564,09	458,2	88,86	394,9	5,67	106,5	137,31	1,32	0,28	16,86	
Обед																	
Салат из свежих помидоров №99 сб. Онищенко Г.Г.	60	0,76	0,00	6,00	6,00	3,22	68,99	23,53	14,85	19,1	0,57	0	127,22	3,12	0,03	20,43	
Борщ "Краснодарский" №211, сб. Онищенко Г.Г.	200	2,00	0,21	4,33	0,14	14,57	100,10	41,68	24,51	51,4	1,23	30,88	219,48	0,31	0,05	8,33	
Котлеты "Полтавские" с соусом № 539, сб. Онищенко ГГ2022	140	17,42	16,63	14,60	5,99	16,29	264,62	17,44	32,62	154	1,71	10,44	94,95	3,04	0,07	1,29	
Макаронные изделия 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.	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 подовый "Уныш" №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	
Пирожки печеные с картофелем № 267, сб. 2021	60	4,04	0,67	3,81	0,00	24,74	148,34	12,7	9,77	46,12	0,65	16,77	30,92	0,61	0,06	0,46	
Итого за 'Обед'		34,00	17,53	32,93	12,79	136,25	965,19	129,4	112,6	367,3	8,69	72,44	499,11	8,69	0,36	34,51	
Итого за день		52,76	28,48	49,63	13,95	223,09	1529,28	587,6	201,4	762,2	14,4	178,9	636,42	10,01	0,65	51,37	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимский КШИ № 92



Б.Р.Баев

МЕНЮ на 10.11.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																	
Каша пшеничная 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	
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 пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
Итого за 'Завтрак'		20,75	11,87	19,19	1,16	95,64	629,22	497,8	100,3	440,2	5,95	124,3	157,22	1,39	0,32	16,93	
Обед																	
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.	100	1,26	0,00	10,00	10,00	5,37	114,98	39,22	24,75	31,83	0,95	0	212,04	5,21	0,05	34,06	
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	250	2,50	0,26	5,41	0,17	18,21	125,12	52,1	30,64	64,25	1,53	38,6	274,35	0,38	0,06	10,41	
Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ2022	140	17,42	16,63	14,60	5,99	16,29	264,62	17,44	32,62	154	1,71	10,44	94,95	3,04	0,07	1,29	
Макаронные изделия 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 подовый "Уныш" №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	
Пирожки печеные с картофелем № 267, сб. 2021	80	5,38	0,89	5,08	0,00	32,99	197,79	16,94	13,02	61,49	0,86	22,36	41,22	0,81	0,08	0,61	
Итого за 'Обед'		37,59	17,81	40,03	16,85	158,24	1128,68	162,5	134,5	420,4	9,84	88,62	654,42	11,25	0,43	50,37	
Итого за день		58,34	29,68	59,22	18,02	253,88	1757,90	660,3	234,8	860,6	15,8	212,9	811,64	12,64	0,75	67,29	

Завпроизводством: Лет (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)