

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

МЕНЮ на 11.09.2024 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	160	14,81	15,76	23,96	0,00	2,66	285,13	101,8	17,07	226	2,54	244,6	407,79	0,84	0,07	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 сыром №4, сб.2021г.	60/20	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
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
Печенье сб.2021ТК № 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 'Завтрак'		26,77	20,93	33,68	0,72	71,68	692,99	326,5	53,83	404,4	6,58	285,8	455,53	1,83	0,18	5,48
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	0
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №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'		27,67	17,38	28,90	0,24	100,18	749,94	95,11	97,44	442,8	5,56	60,13	685,6	6,21	0,27	8,72
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
Ватрушки с повидлом №1019Онищенко Г.Г.	100	4,57	0,85	2,30	0,22	45,47	216,08	14,63	8,23	43,13	0,92	8,19	14,3	1,05	0,05	0,07
Банан сб.2021г. ТК № 5	215	3,23	0,00	1,08	1,08	48,81	205,33	17,2	90,3	60,2	1,29	0	43	0,86	0,09	21,5
Итого за 'Полдник'		13,54	6,96	9,31	1,30	103,28	532,65	254,3	124,2	268,3	2,39	33,48	103,65	1,91	0,2	22,66
Ужин																
Помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
Котлета де-воляй №607, сб.Онищенко Г.Г.	90	14,38	12,25	19,09	3,91	14,93	288,79	22,6	18,72	138,7	1,62	73,19	92,26	2,53	0,06	0,35
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	180	3,68	0,01	4,94	0,00	24,23	150,99	53,01	34,57	78,81	1,35	12,69	62,66	1,65	0,1	22,31
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Ужин'		21,31	12,26	24,47	4,35	79,12	611,47	92	76,07	261,6	4,22	85,88	234,72	5,04	0,26	37,66
второй ужин																
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
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'		7,29	6,26	7,04	0,13	15,37	157,89	262	34,52	216,4	0,48	43,16	48,44	0,17	0,09	1,51
Итого за день		96,56	63,79	103,39	6,74	369,63	2744,93	1030	386,1	1593	19,2	508,4	1527,94	15,16	0,99	76,04

Зав.производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 11.09.2024 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
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 сыром №4, сб.2021г.-6	80/30	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
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
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		29,33	22,91	38,54	0,72	77,97	771,57	339,2	55,97	432,7	6,9	316,3	506,5	1,94	0,19	5,51
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51
Сун картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	130	15,53	14,86	14,01	0,07	4,44	205,09	14,92	22,69	164	2,42	7,45	20,54	0,47	0,05	1,42
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	0
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	120	0,97	0,00	0,18	0,18	6,13	28,43	5,15	6,91	23,23	0,57	0	0,15	0,21	0,03	0
Итого за 'Обед'		31,88	19,44	33,79	0,31	115,70	870,46	108,9	113,8	518,5	6,47	72,82	823,39	7,42	0,33	10,66
Полдник																
ряженка №297 сб. 2021	200	6,95	6,95	7,67	0,00	9,59	139,79	287,7	33,57	227,8	0,24	47,95	53,83	0	0,07	1,68
Ватрушки с повидлом №1019Онищенко Г.Г.	100	4,57	0,85	2,30	0,22	45,47	216,08	14,63	8,23	43,13	0,92	8,19	14,3	1,05	0,05	0,07
Банан сб.2021г. ТК № 5	215	3,23	0,00	1,08	1,08	48,81	205,33	17,2	90,3	60,2	1,29	0	43	0,86	0,09	21,5
Итого за полдник"		14,75	7,80	11,05	1,30	103,86	561,19	319,6	132,1	331,1	2,45	56,15	111,13	1,91	0,21	23,25
Ужин																
Помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25
Котлета де-воляй №607, сб.Онищенко Г.Г.	100	15,98	13,61	21,21	4,34	16,59	320,88	25,11	20,8	154,1	1,8	81,32	102,51	2,81	0,07	0,39
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	200	4,09	0,01	5,48	0,00	26,92	167,77	58,9	38,41	87,57	1,5	14,1	69,62	1,84	0,11	24,79
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Итого за 'Ужин'		25,30	13,62	27,42	5,06	95,66	718,82	110,5	96,46	313,2	5,31	95,42	305,13	6,04	0,33	50,18
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		108,04	69,88	116,86	7,52	408,95	3065,37	1104	428,3	1772	21,6	566	1792,5	17,48	1,14	90,68

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 11.09.2024 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	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Омлет натуральный №234, сб.2021	160	14,81	15,76	23,96	0,00	2,66	285,13	101,8	17,07	226	2,54	244,6	407,79	0,84	0,07	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 №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
Банан сб.2021г. ТК № 5	180	2,70	0,00	0,90	0,90	40,86	171,90	14,4	75,6	50,4	1,08	0	36	0,72	0,07	18
Печенье сб.2021ТК № 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 'Завтрак'		19,59	15,78	28,72	0,97	67,52	593,22	121	96,28	287,4	3,92	244,6	443,99	1,67	0,15	19,34
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	0
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 "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.	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'		28,96	17,38	29,04	0,39	108,66	790,47	98,24	102,1	453,7	5,8	60,13	685,56	6,41	0,3	8,72
Итого за день		48,54	33,16	57,76	1,36	176,19	1383,70	219,3	198,4	741,1	9,72	304,7	1129,55	8,08	0,45	28,07

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 11.09.2024 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
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 №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
Банан сб.2021г. ТК № 5	180	2,70	0,00	0,90	0,90	40,86	171,90	14,4	75,6	50,4	1,08	0	36	0,72	0,07	18
Печенье сб.2021г ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		24,84	17,76	33,90	1,29	91,48	756,19	140,6	108,5	340,1	4,78	275,2	494,9	2,2	0,22	19,37
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	120	4,25	2,29	12,58	0,00	10,96	170,63	23,79	24,2	84,3	0,98	27	523,69	5,57	0,1	3,01
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	0
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 "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.	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'		33,57	18,67	35,06	0,55	131,49	951,48	117	124	538,7	6,86	76,74	909,03	8,66	0,38	11,05
Итого за день		58,42	36,43	68,96	1,85	222,98	1707,67	257,7	232,5	878,8	11,6	351,9	1403,93	10,86	0,6	30,42

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