

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



МЕНЮ на 12.04.2023г. интернат 7-11 лет

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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21	
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 №1, сб.2021г.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	0	
Икра морковная №46, сб. 2021	80	1,53	0,00	6,17	0,00	9,38	95,03	24,82	31,75	50,7	0,77	0	1538,88	3,24	0,05	1,85	
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'		23,93	17,81	32,24	0,79	77,73	686,93	253,6	87,34	406	7,24	241,3	1943,18	5,01	0,25	6,58	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 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	
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	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5	
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'		22,23	14,98	25,10	13,23	80,65	618,97	120,4	86,97	255,5	4,26	11,33	330,74	9,85	0,21	52,73	
Полдник																	
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
банан сб.2021г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26	
Итого за 'Полдник'		8,29	1,45	5,21	1,32	99,76	454,04	79,1	119,8	137	2	9	68,5	2,29	0,16	26,26	
Второй ужин																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	80	0,63	0,00	3,59	0,02	2,56	43,54	25,65	11,06	28,15	0,44	0	50,31	1,93	0,02	4,7	
спагетти отварные с тертым сыром №227, сб.2021	200	12,01	5,29	9,39	0,00	45,53	315,19	188	19,05	156,8	1,08	44,34	82,9	1,16	0,09	0,06	
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	
Кисель из концентрата на фруктовых 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	
Итого за "		16,77	5,29	13,50	0,55	95,04	562,97	226,1	47,36	230,5	2,62	44,34	133,21	3,78	0,19	4,76	
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	
Итого за 'второй ужин'		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	
Итого за день		76,96	45,64	81,99	15,89	362,20	2434,16	901,7	367,1	1194	16,3	331,3	2521,99	20,93	0,87	91,42	

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

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



МЕНЮ на 12.04.2023г. интернат с 12 лет и старше


Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углероды, 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																		
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21		
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 №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0		
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31		
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'		24,83	17,81	33,85	0,85	83,45	726,73	261,3	97,43	424,4	7,57	241,3	2327,9	5,9	0,28	7,04		
Обед																		
помидоры свежис урожай 2023 года ТК № 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		
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,29	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6		
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06		
Капуста тушенная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27		
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5		
Хлеб подовый "Уньш" №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'		24,76	15,50	27,10	13,67	92,66	692,27	146,2	107,4	296,4	5,22	14,16	442,78	10,77	0,28	70,43		
Полдник																		
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0		
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26		
банан сб.2021г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26		
Итого за 'Полдник'		8,29	1,45	5,21	1,32	99,76	454,04	79,1	119,8	137	2	9	68,5	2,29	0,16	26,26		
Ужин																		
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	100	0,79	0,00	4,49	0,03	3,20	54,42	32,07	13,82	35,19	0,55	0	62,89	2,42	0,02	5,87		
спагетти отварные с тертым сыром №227, сб.2021	200	12,01	5,29	9,39	0,00	45,53	315,19	188	19,05	156,8	1,08	44,34	82,9	1,16	0,09	0,06		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0		
Кисель из концентрата на фруктовых 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		
Итого за 'Ужин'		17,96	5,29	14,53	0,68	102,42	605,93	235,5	54,43	248,9	2,99	44,34	145,79	4,44	0,21	5,93		
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		
Итого за 'второй ужин'		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		
Итого за день		81,59	46,17	86,62	16,52	387,31	2590,21	944,6	404,7	1272	18	334,1	3031,32	23,41	0,98	110,8		

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

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

МЕНЮ на 12.04.2023г. 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	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	170	15,74	16,74	25,46	0,00	2,83	302,95	108,1	18,14	240,1	2,7	259,9	433,28	0,9	0,07	0,24	
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 №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	
Икра морковная №46, сб. 2021	80	1,53	0,00	6,17	0,00	9,38	95,03	24,82	31,75	50,7	0,77	0	1538,88	3,24	0,05	1,85	
Итого за 'Завтрак'		22,71	19,78	34,77	0,33	43,98	571,93	246,3	72,85	397,5	4,24	271,9	1994,16	4,57	0,2	2,61	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	200	4,40	2,12	3,60	0,24	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушенная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5	
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 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	
Итого за 'Обед'		24,25	14,98	25,36	13,72	93,54	680,74	127,8	97,75	277,2	4,81	11,33	357,3	10,28	0,26	57,73	
Итого за день		46,97	34,76	60,13	14,05	137,52	1252,67	374,2	170,6	674,8	9,05	283,2	2351,46	14,84	0,46	60,34	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 12.04.2023г. 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																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	200	18,52	19,69	29,95	0,00	3,33	356,41	127,2	21,34	282,5	3,17	305,7	509,74	1,06	0,09	0,28	
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 №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	
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31	
Итого за 'Завтрак'		26,39	22,74	40,87	0,39	50,19	665,19	273,1	86,14	458,3	5,04	317,7	2455,34	5,62	0,24	3,11	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 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	
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,29	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5	
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	
Итого за 'Обед'		27,46	15,50	27,42	13,98	110,33	776,66	153	117,4	320,9	5,77	14,16	442,71	11,2	0,33	70,43	
Итого за день		53,85	38,24	68,29	14,38	160,53	1441,85	426,2	203,6	779,1	10,8	331,9	2898,05	16,83	0,56	73,54	

Запроизводством:

Хурматуллина Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кузьмина О.В.

(Кузьмина О.В.)