

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



МЕНЮ на 12.09.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53		
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 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		
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'		14,53	6,04	19,70	0,79	96,46	613,82	260,7	58,37	256	4,52	122,5	122,87	1,13	0,21	5,05		
Обед																		
помидоры свежие порц. 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		
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37		
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		
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 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 '		19,92	13,13	25,83	13,20	73,24	588,73	126,7	88,76	265,2	3,86	20,33	381,8	9,87	0,21	57,33		
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		
Плошка новомосковская №286, сб. 2021	70	5,46	0,47	4,09	0,00	37,28	206,72	16,59	7,77	44,49	0,59	18,82	34,46	0,8	0,06	0,03		
апельсин сб.2021г.	195	1,45	0,00	0,32	0,32	16,57	71,56	54,7	20,91	37	0,48	0	12,87	0,32	0,06	96,53		
Итого за 'Полдник'		12,66	6,58	10,35	0,32	62,87	389,52	293,8	54,35	246,5	1,26	44,11	93,69	1,12	0,19	97,65		
Ужин																		
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95		
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	100	14,80	14,46	5,61	0,00	3,09	121,93	36,94	18,63	148,9	0,92	72,99	98,27	0,98	0,06	0,95		
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		
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		
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		
Итого за 'Ужин'		30,78	15,93	13,66	0,62	89,32	584,75	147,3	201	475,2	8	107,5	146,17	2,45	0,44	4,16		
перед сном																		
Кефир №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		
Итого за 'перед сном'		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		
Итого за день		82,15	45,95	74,25	14,93	327,76	2262,51	1005	423,1	1383	17,8	323,8	777,54	14,57	1,09	165,2		


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

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


МЕНЮ на 12.09.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53		
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 маслом №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		
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'		14,53	6,04	19,70	0,79	96,46	613,82	260,7	58,37	256	4,52	122,5	122,87	1,13	0,21	5,05		
Обед																		
помидоры свежие порц. 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		
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,46	0,33	5,45	0,00	17,58	127,63	26,01	23,42	69,74	0,88	25,41	249,12	0,29	0,08	6,72		
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		
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 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'		21,63	13,19	27,98	13,30	83,29	652,59	151,6	105,3	303	4,62	25,41	473,47	10,65	0,25	70,05		
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		
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	90	7,02	0,61	5,26	0,00	47,94	265,78	21,32	9,99	57,2	0,76	24,2	44,31	1,03	0,08	0,03		
апельсин сб.2021г.	195	1,45	0,00	0,32	0,32	16,57	71,56	54,7	20,91	37	0,48	0	12,87	0,32	0,06	96,53		
Итого за 'Полдник'		14,22	6,72	11,52	0,32	73,52	448,58	298,5	56,56	259,2	1,43	49,48	103,54	1,35	0,21	97,65		
Ужин																		
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95		
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	120	17,76	17,36	6,74	0,00	3,70	146,31	44,33	22,35	178,6	1,11	87,59	117,92	1,18	0,07	1,14		
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97	18,6	176	257,7	6,03	31,89	37,15	0,8	0,34	0		
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		
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		
Итого за 'Ужин'		37,06	18,83	16,39	0,75	108,69	708,61	161,4	244,2	567,9	9,65	128,5	173,26	2,97	0,54	4,35		
перед сном																		
Кефир №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 'перед сном'		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 день		92,56	49,90	81,23	15,16	369,01	2526,44	1084	489,1	1554	20,4	361,2	912,74	16,11	1,27	178,3		

Завпроизводством:

 (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

 (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 12.09.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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 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.	195	1,45	0,00	0,32	0,32	16,57	71,56	54,7	20,91	37	0,48	0	12,87	0,32	0,06	96,53	
Итого за 'Завтрак'		14,97	6,04	19,82	0,91	92,43	598,89	301,4	71,28	279	2,21	122,5	135,74	1,26	0,26	97,58	
Обед																	
помидоры свежие порц.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	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37	
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	
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.	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.	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'		21,73	13,13	26,05	13,41	85,09	645,30	131,3	95,55	281,8	4,23	20,33	381,76	10,16	0,24	57,33	
Итого за день		36,70	19,17	45,87	14,32	177,51	1244,20	432,8	166,8	560,8	6,44	142,8	517,5	11,41	0,5	154,9	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 12.09.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
																	Ca
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, 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.	195	1,45	0,00	0,32	0,32	16,57	71,56	54,7	20,91	37	0,48	0	12,87	0,32	0,06	96,53	
Итого за 'Завтрак'		14,97	6,04	19,82	0,91	92,43	598,89	301,4	71,28	279	2,21	122,5	135,74	1,26	0,26	97,58	
Обед																	
помидоры свежие порц.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	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,46	0,33	5,45	0,00	17,58	127,63	26,01	23,42	69,74	0,88	25,41	249,12	0,29	0,08	6,72	
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	
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.	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'		24,33	13,19	28,30	13,62	100,96	736,98	158,5	115,3	327,4	5,17	25,41	473,41	11,08	0,3	70,05	
Итого за день		39,30	19,23	48,12	14,52	193,39	1335,88	459,9	186,6	606,4	7,38	147,9	609,15	12,34	0,56	167,6	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)