

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 12.12.2024 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																	
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	180	34,88	32,64	7,37	0,00	44,30	382,60	216,6	41,11	298,2	0,84	50,4	57,49	0,45	0,09	0,53	
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	
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	
Салат витаминный №21	60	0,89	0,00	2,73	0,00	7,70	56,06	21,62	11,05	18,34	0,55	0	301,91	1,45	0,02	3,8	
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'		41,30	34,09	12,25	0,61	95,02	649,56	314	79,18	403,8	5,02	59,4	375,9	2,67	0,2	8,6	
Обед																	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68	
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14	
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	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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'		32,02	25,16	29,46	0,38	82,60	700,89	152,9	100,5	350,5	5,14	74,26	471,61	5,11	0,23	36,89	
Полдник																	
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	
Зефир сб.2021	60	0,48	0,48	0,06	0,00	48,48	188,30	15	3,6	7,2	0,84	0	0	0	0	0	
Апельсин сб.2021г.	220	0,54	0,00	0,12	0,12	6,23	26,91	20,57	7,87	13,92	0,18	0	4,84	0,12	0,02	36,3	
Итого за 'Полдник'		7,28	6,74	7,09	0,12	63,34	341,02	294,5	41,68	226,1	1,24	43,16	53,28	0,12	0,09	37,81	
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	220	16,04	13,15	15,24	0,57	29,56	317,38	25,41	50,16	190,9	2,12	22,05	112	2,25	0,1	1,14	
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	
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'		19,03	14,60	21,56	0,63	48,61	456,71	104,3	67,38	259,5	2,79	28,05	214,85	4,18	0,13	2,87	
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		106,41	86,70	76,42	1,87	305,33	2291,52	1091	318,7	1416	14,6	230,2	1162	12,25	0,74	87,26	

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 12.12.2024 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	200	38,76	36,27	8,19	0,00	49,22	425,12	240,6	45,67	331,3	0,94	56	63,88	0,5	0,1	0,59
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
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
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34
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'		46,80	37,72	15,02	0,74	111,82	761,53	355,5	95,42	460,5	5,74	65	583,56	3,85	0,24	11,19
Обед																
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
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
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Итого за 'Обед'		42,15	33,52	38,48	0,53	96,91	877,63	181,3	121,7	450,9	6,46	97,61	564,52	6,11	0,31	44,57
Полдник																
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
Зефир сб.2021	60	0,48	0,48	0,06	0,00	48,48	188,30	15	3,6	7,2	0,84	0	0	0	0	0
Апельсин сб.2021г.	220	0,54	0,00	0,12	0,12	6,23	26,91	20,57	7,87	13,92	0,18	0	4,84	0,12	0,02	36,3
Итого за 'Полдник'		7,28	6,74	7,09	0,12	63,34	341,02	294,5	41,68	226,1	1,24	43,16	53,28	0,12	0,09	37,81
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	250	18,23	14,95	17,32	0,65	33,60	360,66	28,88	57	216,9	2,41	25,06	127,28	2,56	0,11	1,29
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
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'		21,84	16,40	25,29	0,75	56,05	529,58	117,1	78,88	298,6	3,36	31,06	260,77	5,16	0,15	3,51
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		124,85	100,48	91,94	2,27	343,88	2653,09	1174	367,7	1612	17,3	262,1	1508,49	15,42	0,87	98,18

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

верждаю
ректор ГБОУ Уфимская К
Б.Р.
Наименование б

МЕНЮ на 12.12.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Fr



Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 12.12.2024 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	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	200	38,76	36,27	8,19	0,00	49,22	425,12	240,6	45,67	331,3	0,94	56	63,88	0,5	0,1	0,59
Чай с молоком №301, сб. shk. 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
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
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
Итого за 'Завтрак'		49,55	43,98	17,05	0,41	80,27	675,35	561,4	94,91	609,6	1,98	108,2	128,82	1,07	0,24	2,36
Обед																
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
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
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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'		42,83	33,52	38,58	0,62	101,30	898,41	183,7	125	460,5	6,69	97,61	564,54	6,23	0,32	44,57
Итого за день		92,37	77,50	55,62	1,03	181,58	1573,75	745,1	220	1070	8,67	205,8	693,37	7,29	0,56	46,93

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)