

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

МЕНЮ на 13.03.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	150	29,07	27,20	6,14	0,00	36,91	318,84	180,5	34,25	248,5	0,7	42	47,91	0,37	0,07	0,44
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
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	6,21	25,89	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81
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
Итого за 'Завтрак'		36,23	28,65	8,19	0,59	110,65	642,91	294,3	102	392,6	2,85	48	1787,51	2,4	0,21	1,64
Обед																
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
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
Пюре гороховое №178, сб. 2021	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	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.	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.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0
Итого за 'Обед'		43,20	25,18	29,25	0,44	90,50	780,93	134,9	129,1	505,7	10,8	89,97	304,54	1,5	0,7	10,42
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
Мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	102	0,30	0,00	0,23	0,23	9,95	38,52	14,44	9,12	12,16	1,75	0	1,52	0,3	0,02	3,8
Итого за 'Полдник'		6,21	6,11	6,16	0,23	49,61	266,55	236,9	34,78	177,1	1,93	25,28	47,87	0,3	0,08	4,9
Ужин																
Кукуруза консервированная отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0
Запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	180	7,79	1,30	10,75	0,56	29,16	241,72	40,14	37,53	111,3	1,77	46,84	93,57	0,47	0,15	16,91
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	3,28	0,05	8,67	0,59	20,51	168,02	18,33	23,03	79,28	1,93	57,82	65,8	0,8	0,09	0
Итого за 'Ужин'		15,18	4,40	24,89	1,37	70,98	557,63	164,7	72,74	269,4	3,82	134,4	200,96	1,3	0,26	17,43
второй ужин																
Снежок №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
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'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		106,96	69,46	74,27	2,77	335,53	2382,94	1046	367,6	1524	19,8	332,9	2380,49	5,68	1,32	35,62

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 13.03.2025 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угледо- 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	170	32,94	30,83	6,96	0,00	41,84	361,35	204,5	38,82	281,6	0,8	47,6	54,3	0,42	0,08	0,5
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
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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
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
Итого за 'Завтрак'		40,87	32,28	9,09	0,68	120,49	707,93	324,8	115,6	441,4	3,21	53,6	2196,9	2,62	0,24	1,9
Обед																
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2021	110	28,67	30,43	27,08	0,00	0,49	360,04	24,84	26,76	242,4	2,36	70,22	120,38	0,85	0,09	1,39
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	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.	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'		52,00	30,78	35,62	0,45	103,45	922,05	159,4	153,5	608,2	12,4	109,7	376,62	1,74	0,83	11,99
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
Мармелад сб.2021	50	0,20	0,00	0,00	0,00	38,30	145,98	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	102	0,30	0,00	0,23	0,23	9,95	38,52	14,44	9,12	12,16	1,75	0	1,52	0,3	0,02	3,8
Итого за 'Полдник'		6,25	6,11	6,16	0,23	57,27	295,75	236,9	34,78	177,1	1,93	25,28	47,87	0,3	0,08	4,9
Ужин																
Кукуруза консервированная отварная ТК № 9 сб. 2021	80	1,66	0,02	3,53	0,30	8,52	72,17	0,47	0	0,71	0,01	23,6	26,12	0,04	0	0
Запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	220	9,52	1,59	13,14	0,69	35,64	295,44	49,06	45,87	136	2,16	57,25	114,36	0,58	0,18	20,67
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	3,28	0,05	8,67	0,59	20,51	168,02	18,33	23,03	79,28	1,93	57,82	65,8	0,8	0,09	0
Итого за 'Ужин'		17,32	4,70	28,17	1,57	79,59	629,38	173,7	81,08	294,3	4,21	150,7	228,28	1,42	0,3	21,19
второй ужин																
Снежок №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
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'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		122,58	78,99	84,81	3,06	374,60	2690,04	1110	414	1700	22,2	374,5	2889,28	6,25	1,52	41,21

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская
И
Наименова

3077

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра 

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

МЕНЮ на 13.03.2025 г. школа с 12 лет и старше

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.				Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	170	32,94	30,83	6,96	0,00	41,84	361,35	204,5	38,82	281,6	0,8	47,6	54,3	0,42	0,08	0,5
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
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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
Итого за 'Завтрак'		39,87	32,28	9,03	0,62	87,92	584,43	294,1	96,62	416,1	2,55	53,6	2080,3	1,52	0,23	1,77
Обед																
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2021	110	28,67	30,43	27,08	0,00	0,49	360,04	24,84	26,76	242,4	2,36	70,22	120,38	0,85	0,09	1,39
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	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.	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.	60	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'		52,00	30,78	35,62	0,45	103,45	922,05	159,4	153,5	608,2	12,4	109,7	376,62	1,74	0,83	11,99
Итого за день		91,87	63,06	44,65	1,07	191,37	1506,48	453,5	250,2	1024	14,9	163,3	2456,92	3,26	1,06	13,76

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)