

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

МЕНЮ на 13.09.2024 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша " Артек" молочная вязкая №195, сб. 2021	160	6,34	6,34	6,40	0,00	34,14	217,15	104,1	32,2	163,5	1,88	40,65	44,89	0,71	0,12	0,39
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	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 "		21,58	15,56	24,08	0,79	99,80	693,66	267,1	86,27	412,4	7,62	240,5	267,47	2,1	0,29	4,91
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.	80	0,75	0,00	7,97	7,97	3,64	88,39	9,81	13,33	18,39	0,6	0	88,31	3,99	0,04	16,5
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	200	2,03	0,21	4,32	0,06	14,76	100,45	40,95	22,96	50,24	1,18	30,88	234,11	0,31	0,05	17,08
Финболы из филе горбуши с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	100/40	14,81	13,71	9,91	0,05	16,55	213,82	29,32	31,43	167,9	1,15	20,51	144,1	4,48	0,08	1,59
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0
Комлот 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 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 '		24,75	13,94	25,97	8,32	112,09	759,33	130,7	107,6	323,8	4,97	65,74	610,69	11	0,26	35,34
Полдник																
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб.Онищенко Г.Г.	100	10,66	7,06	7,79	0,02	28,40	226,24	153,4	20,62	144,6	1,02	29,72	69,3	0,96	0,07	1,27
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'Полдник'		16,50	12,18	14,15	0,74	56,34	416,71	393,9	61,52	332	5,16	65	117,9	1,32	0,18	20,5
Ужин																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	60	1,36	0,49	3,04	0,14	6,30	56,53	9,81	12,38	31,37	0,44	5,76	376,2	1,4	0,04	2,49
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	200	19,60	14,36	17,72	0,00	28,60	343,63	152,7	57,93	237,8	2,42	83,77	113,29	0,65	0,11	28,01
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
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'		24,98	16,29	22,65	0,49	53,95	508,54	222,9	87,18	336,8	3,56	98,53	505,99	2,53	0,21	30,76
Итого за день		87,80	57,97	86,85	10,33	322,18	2378,23	1015	342,6	1405	21,3	469,7	1502,04	16,96	0,94	91,51

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 13.09.2024 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	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша " Артек" молочная вязкая №195, сб. 2021	200	7,92	7,92	7,99	0,00	42,67	271,44	130,1	40,25	204,4	2,35	50,82	56,12	0,88	0,16	0,49
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	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 '		23,17	17,15	25,68	0,79	108,34	747,94	293,1	94,32	453,2	8,08	250,6	278,69	2,28	0,33	5,01
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.	100	1,00	0,00	9,97	9,97	4,83	111,76	14,1	17,78	26,34	0,8	0	111,2	4,99	0,05	21,42
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	250	2,53	0,26	5,40	0,08	18,46	125,56	51,19	28,71	62,8	1,47	38,6	292,63	0,38	0,06	21,35
Финболы из филе горбуши с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	120/50	17,98	16,64	12,03	0,06	20,10	259,64	35,6	38,17	203,8	1,4	24,9	174,97	5,43	0,09	1,93
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
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 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 '		30,06	16,93	31,93	10,40	129,39	900,91	155	128,3	395,8	6,05	80,72	728,33	13,27	0,33	44,88
Полдник																
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб.Онищенко Г.Г.	100	10,66	7,06	7,79	0,02	28,40	226,24	153,4	20,62	144,6	1,02	29,72	69,3	0,96	0,07	1,27
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'Полдник'		17,06	12,75	14,78	0,74	57,12	428,13	417,4	64,26	350,6	5,18	68,92	122,3	1,32	0,18	20,64
Ужин																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	100	2,26	0,81	5,07	0,23	10,51	94,22	16,35	20,63	52,29	0,73	9,6	627	2,34	0,06	4,15
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	200	19,60	14,36	17,72	0,00	28,60	343,63	152,7	57,93	237,8	2,42	83,77	113,29	0,65	0,11	28,01
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'		28,46	16,62	25,00	0,90	75,01	626,43	236,9	106,2	386,1	4,5	102,4	756,79	3,9	0,28	32,42
Итого за день		98,75	63,44	97,39	12,83	369,86	2703,42	1102	393,1	1586	23,8	502,7	1886,1	20,77	1,12	102,9

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 13.09.2024 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
Каша " Артек" молочная вязкая №195, сб. 2021	160	6,34	6,34	6,40	0,00	34,14	217,15	104,1	32,2	163,5	1,88	40,65	44,89	0,71	0,12	0,39
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	80	8,53	5,65	6,23	0,02	22,72	180,99	122,7	16,5	115,7	0,82	23,78	55,44	0,77	0,06	1,01
Итого за 'Завтрак '		22,84	14,94	24,43	0,60	101,63	710,84	350,1	89,15	424,2	4,46	134,3	187,71	2,36	0,3	1,92
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.	80	0,80	0,00	7,97	7,97	3,86	89,40	11,28	14,22	21,07	0,64	0	88,96	4	0,04	17,13
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	200	2,03	0,21	4,32	0,06	14,76	100,45	40,95	22,96	50,24	1,18	30,88	234,11	0,31	0,05	17,08
Филеболы из филе горбуши с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	100/40	14,81	13,71	9,91	0,05	16,55	213,82	29,32	31,43	167,9	1,15	20,51	144,1	4,48	0,08	1,59
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0
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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'Обед '		26,81	13,94	26,84	9,19	141,68	888,50	164,1	129,3	357,1	9,21	65,74	620,3	11,57	0,34	53,98
Итого за день		49,64	28,88	51,27	9,80	243,31	1599,34	514,2	218,5	781,3	13,7	200	808,01	13,93	0,65	55,9

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 13.09.2024 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	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша " Артек" молочная вязкая №195, сб. 2021	200	7,92	7,92	7,99	0,00	42,67	271,44	130,1	40,25	204,4	2,35	50,82	56,12	0,88	0,16	0,49
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	100	10,66	7,06	7,79	0,02	28,40	226,24	153,4	20,62	144,6	1,02	29,72	69,3	0,96	0,07	1,27
Итого за 'Завтрак '		26,55	17,94	27,59	0,61	115,84	810,38	406,8	101,3	494	5,13	150,4	212,79	2,73	0,35	2,27
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.	100	1,00	0,00	9,97	9,97	4,83	111,76	14,1	17,78	26,34	0,8	0	111,2	4,99	0,05	21,42
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	250	2,53	0,26	5,40	0,08	18,46	125,56	51,19	28,71	62,8	1,47	38,6	292,63	0,38	0,06	21,35
Фишболы из филе горбуши с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	120/50	17,98	16,64	12,03	0,06	20,10	259,64	35,6	38,17	203,8	1,4	24,9	174,97	5,43	0,09	1,93
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'Обед '		32,96	16,93	32,91	11,37	164,58	1056,89	189,2	152,4	434,4	10,4	80,72	737,26	13,98	0,42	62,88
Итого за день		59,51	34,87	60,49	11,98	280,42	1867,26	596	253,7	928,4	15,6	231,1	950,06	16,71	0,77	65,15

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)