

тверждаю
Директор ГБОУ Уфимская
Наименование
ГБОУ
Уфимская
КШИ №92

МЕНЮ на 13.12.2024 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																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	160	6,37	2,93	8,00	0,00	28,16	208,43	126,6	36,54	144,9	0,91	56,9	63,69	0,24	0,12	0,22
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.	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
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'		20,64	12,25	17,22	0,72	90,93	594,32	284,3	79,58	372,6	6,04	198,9	220,89	1,45	0,28	4,74
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	80	0,94	0,00	0,06	0,00	16,15	63,15	15,99	22,34	32,34	0,42	0	1200	0,24	0,04	2,94
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	225	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	120	17,67	17,27	6,96	0,00	3,70	148,01	53,79	36,74	194,9	1,32	87,59	117,92	0,59	0,08	0,65
Спагетти 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
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	11,72	45,62	3,78	1,96	2,39	0,5	0	1,25	0,05	0,01	1
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'		38,39	24,75	19,94	0,70	101,43	725,17	114,8	110,7	428,3	6,04	116,1	1581,4	2,54	0,4	8,32
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
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26
Итого за 'Полдник'		11,32	7,06	8,24	0,48	56,57	334,99	181,3	38,06	167,9	4,39	29,72	72,21	1,54	0,1	8,53
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 маслом №163, сб. 2021	220	8,74	1,68	20,74	0,00	33,73	348,37	105,8	37,07	107,8	1,82	99,04	114,43	5,5	0,09	57,31
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.	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
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 'Ужин'		12,89	3,62	25,53	0,35	51,01	474,64	173,2	62,15	197,4	2,76	113,8	507,18	7,2	0,17	60,06
Итого за день		83,24	47,68	70,93	2,24	299,94	2129,11	753,5	290,5	1166	19,2	458,6	2381,69	12,73	0,95	81,65

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 13.12.2024 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																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,27
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
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'		23,26	12,99	19,35	0,85	104,72	678,50	318,9	93,03	420,2	6,53	213,1	236,82	1,68	0,34	4,79
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	100	1,18	0,00	0,07	0,00	20,19	78,94	19,99	27,93	40,43	0,53	0	1500	0,3	0,04	3,68
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	150	22,09	21,59	8,70	0,00	4,63	185,01	67,24	45,93	243,7	1,65	109,5	147,4	0,73	0,1	0,81
Спагетти 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
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	11,72	45,62	3,78	1,96	2,39	0,5	0	1,25	0,05	0,01	1
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.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		45,36	29,07	22,53	0,97	118,34	841,08	141,3	137,1	515,6	7,19	140,9	1968,51	3,01	0,49	10,15
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
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26
Итого за 'Полдник'		11,32	7,06	8,24	0,48	56,57	334,99	181,3	38,06	167,9	4,39	29,72	72,21	1,54	0,1	8,53
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 маслом №163, сб. 2021	220	8,74	1,68	20,74	0,00	33,73	348,37	105,8	37,07	107,8	1,82	99,04	114,43	5,5	0,09	57,31
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.	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.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Ужин'		14,99	3,94	27,72	0,60	62,98	549,15	183,6	75,87	233,6	3,41	117,6	758,01	8,34	0,22	61,73
Итого за день		94,93	53,06	77,84	2,90	342,60	2403,72	825,1	344	1337	21,5	501,3	3035,55	14,58	1,15	85,19

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

ждаю
тор ГБОУ Уфимская КШИ
Б.Р.Ба
Наименование бло
КШИ №92
енная молочная жирная №20

МЕНЮ на 13.12.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 13.12.2024 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша пшенная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,27
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
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'		24,07	13,78	20,93	0,35	95,37	660,74	425,1	89,26	432,5	2,92	112,8	170,92	1,7	0,31	2,06
Обед																
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	150	22,09	21,59	8,70	0,00	4,63	185,01	67,24	45,93	243,7	1,65	109,5	147,4	0,73	0,1	0,81
Спагетти 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
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.	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.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26
Итого за 'обед'		45,67	29,07	23,01	1,60	126,06	876,64	159,2	132,6	510	12,3	140,9	470,17	3,44	0,49	16,73
Итого за день		69,74	42,85	43,94	1,95	221,43	1537,38	584,3	221,9	942,6	15,2	253,7	641,09	5,14	0,8	18,79

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.