

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



МЕНЮ на 14.09.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	200	4,39	2,91	4,16	0,00	16,43	119,71	108,5	14,41	90,67	0,32	17,66	32,45	0,26	0,05	0,52	
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 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 'Завтрак'		17,91	10,68	20,17	0,79	79,10	563,54	216	53,52	286,7	5,55	211,5	243,95	1,65	0,2	4,78	
Обед																	
Салат из свежих помидоров со сладким перцем № 42, сб. 1997г.	80	0,71	0,00	4,01	4,01	4,54	55,08	11,87	9,32	20,27	0,47	0	74,58	2,08	0,04	39,79	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Котлеты из куриной грудки №136, сб. 2021	90	13,46	11,33	18,67	0,11	14,92	281,28	19,11	17,83	125,3	1,45	83,61	106,72	0,78	0,06	0,35	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
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.	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'		23,54	12,02	30,40	5,32	100,86	749,80	129,3	113	337,9	5,68	116,2	572,5	4,66	0,39	54,43	
Полдник																	
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	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша ТК № 5	225	0,67	0,00	0,50	0,50	21,96	84,97	31,85	20,11	26,82	3,86	0	3,35	0,67	0,03	8,38	
Итого за 'Полдник'		0,79	0,00	0,50	0,50	64,92	248,48	32,32	20,11	26,82	3,91	0	3,35	0,67	0,03	8,38	
Ужин																	
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	80	1,72	0,00	3,61	0,00	10,12	75,35	48,1	16,49	30,19	0,61	0	189,34	1,96	0,02	17,32	
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	240	17,50	14,35	16,63	0,62	32,25	346,23	27,72	54,72	208,3	2,31	24,06	122,19	2,46	0,11	1,24	
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	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
Итого за 'Ужин'		22,96	14,35	20,72	1,11	85,54	609,01	91,36	88	281,2	3,92	24,06	312,73	5,06	0,21	22,16	
второй ужин																	
ряженка №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 'второй ужин'		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		69,46	41,31	76,49	7,72	336,29	2256,53	645,4	295,2	1072	19,2	381,2	1165,53	12,04	0,88	90,78	

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 14.09.2022г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	250	5,48	3,64	5,20	0,00	20,54	149,64	135,6	18,01	113,3	0,4	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	
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 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'		19,00	11,41	21,21	0,79	83,20	593,47	243,1	57,12	309,4	5,63	215,9	252,06	1,71	0,21	4,91	
Обед																	
Салат из свежих помидоров со сладким перцем № 42, сб. 1997г.	100	0,88	0,00	5,01	5,01	5,67	68,86	14,84	11,65	25,34	0,58	0	93,23	2,6	0,04	49,74	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66	
Котлеты из куриной грудки №136, сб. 2021	120	17,95	15,10	24,89	0,15	19,90	375,05	25,49	23,77	167,1	1,93	111,5	142,3	1,03	0,08	0,47	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	250	1,52	0,00	0,16	0,16	48,63	185,81	47,77	35,2	40,54	1,18	0	147	1,6	0,02	0,22	
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'		30,56	15,94	39,34	6,66	127,26	958,40	162,3	142,5	432,6	7,27	151,2	722,39	5,92	0,49	67,54	
Полдник																	
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	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша ТК № 5	225	0,67	0,00	0,50	0,50	21,96	84,97	31,85	20,11	26,82	3,86	0	3,35	0,67	0,03	8,38	
Итого за 'Полдник'		0,79	0,00	0,50	0,50	64,92	248,48	32,32	20,11	26,82	3,91	0	3,35	0,67	0,03	8,38	
Ужин																	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	100	2,15	0,00	4,51	0,00	12,65	94,19	60,12	20,61	37,74	0,76	0	236,68	2,45	0,03	21,65	
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	240	17,50	14,35	16,63	0,62	32,25	346,23	27,72	54,72	208,3	2,31	24,06	122,19	2,46	0,11	1,24	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	0	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
Итого за 'Ужин'		24,42	14,35	21,76	1,24	94,81	659,93	106,4	96,43	300,1	4,34	24,06	360,06	5,72	0,24	26,49	
второй ужин																	
ряженка №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 'второй ужин'		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		79,89	46,81	88,45	9,19	377,24	2563,12	755,8	340,8	1236	21,3	426,4	1377,47	14,02	1,03	108,6	

Завпроизводством:

С

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

С

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 14.09.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	200	4,39	2,91	4,16	0,00	16,43	119,71	108,5	14,41	90,67	0,32	17,66	32,45	0,26	0,05	0,52	
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 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	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
ряженка №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 'Завтрак'		15,87	9,52	19,93	0,59	88,24	590,16	387,9	64,6	350,4	1,76	116,8	148,35	1,14	0,21	2,01	
Обед																	
Салат из свежих помидоров со сладким перцем № 42, сб. 1997г.	80	0,71	0,00	4,01	4,01	4,54	55,08	11,87	9,32	20,27	0,47	0	74,58	2,08	0,04	39,79	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Котлеты из куриной грудки №136, сб. 2021	90	13,46	11,33	18,67	0,11	14,92	281,28	19,11	17,83	125,3	1,45	83,61	106,72	0,78	0,06	0,35	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
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.	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	
груша ТК № 5	225	0,67	0,00	0,50	0,50	21,96	84,97	31,85	20,11	26,82	3,86	0	3,35	0,67	0,03	8,38	
Итого за 'Обед'		26,02	12,02	31,11	6,04	134,67	891,34	165,8	139,9	381,3	9,91	116,2	575,82	5,62	0,46	62,81	
Итого за день		41,89	21,54	51,04	6,62	222,91	1481,51	553,7	204,5	731,7	11,7	233	724,16	6,76	0,67	64,82	

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 14.09.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	250	5,48	3,64	5,20	0,00	20,54	149,64	135,6	18,01	113,3	0,4	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	
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 с маслом №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	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
ряженка №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 'Завтрак'		16,97	10,25	20,97	0,59	92,35	620,09	415,1	68,2	373,1	1,84	121,2	156,46	1,2	0,22	2,14	
Обед																	
Салат из свежих помидоров со сладким перцем № 42, сб. 1997г.	100	0,88	0,00	5,01	5,01	5,67	68,86	14,84	11,65	25,34	0,58	0	93,23	2,6	0,04	49,74	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66	
Котлеты из куриной грудки №136, сб. 2021	120	17,95	15,10	24,89	0,15	19,90	375,05	25,49	23,77	167,1	1,93	111,5	142,3	1,03	0,08	0,47	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	250	1,52	0,00	0,16	0,16	48,63	185,81	47,77	35,2	40,54	1,18	0	147	1,6	0,02	0,22	
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	
груша ТК № 5	225	0,67	0,00	0,50	0,50	21,96	84,97	31,85	20,11	26,82	3,86	0	3,35	0,67	0,03	8,38	
Итого за 'Обед'		33,93	15,94	40,16	7,48	166,89	1127,76	201	172,6	483,8	11,7	151,2	725,68	7,02	0,58	75,92	
Итого за день		50,89	26,19	61,13	8,07	259,23	1747,85	616	240,8	856,9	13,5	272,4	882,14	8,22	0,8	78,07	

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)