

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

МЕНЮ на 14.09.2023г. 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, мг | ТЭ, мг | B1, мг | C, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная "Дружба" с курагой №355, сб. Онищенко ГТ | 200 | 6,65 | 2,88 | 8,42 | 0,03 | 40,39 | 258,45 | 139,5 | 46,07 | 162,6 | 1,09 | 51,98 | 116,28 | 0,72 | 0,12 | 0,68 |
| 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 сыром №4, сб.2021г. | 80/20 | 9,28 | 5,15 | 5,74 | 0,52 | 26,97 | 197,03 | 208 | 28,03 | 163,1 | 1,18 | 41,16 | 47,6 | 0,77 | 0,09 | 0,14 |
| 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' | | 18,49 | 9,49 | 15,81 | 0,75 | 99,32 | 604,37 | 414,6 | 88,19 | 378,8 | 5,15 | 99,14 | 174,88 | 1,7 | 0,25 | 5,08 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком урожай 2023г. №15 | 70 | 0,54 | 0,00 | 3,29 | 0,01 | 2,93 | 42,60 | 14,75 | 8,69 | 15,97 | 0,4 | 0 | 63,58 | 0,29 | 0,02 | 4,55 |
| 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 |
| Наггетсы №595, сб. Онищенко ГТ | 100 | 16,28 | 14,17 | 22,56 | 4,09 | 13,90 | 320,32 | 28,04 | 29,05 | 184 | 2,63 | 84,14 | 106,06 | 2,7 | 0,08 | 0,42 |
| Ризотто ТК № 381 сб. Онищенко ГТ | 150 | 4,15 | 0,00 | 12,32 | 12,32 | 41,91 | 293,75 | 12,86 | 34,92 | 90,28 | 0,76 | 0 | 496,5 | 5,65 | 0,06 | 6,02 |
| Напиток грушевый №320, сб. 2021 | 200 | 0,09 | 0,00 | 0,07 | 0,08 | 24,78 | 94,38 | 4,81 | 2,61 | 3,48 | 0,56 | 0 | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,5 |
| 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' | | 23,74 | 14,38 | 42,68 | 16,67 | 102,36 | 870,47 | 104,9 | 102,8 | 359,4 | 5,91 | 115 | 900,85 | 9,19 | 0,23 | 28,58 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный с повидлом №243, сб. шк 2021 г. | 150/15 | 20,73 | 20,25 | 12,53 | 0,15 | 40,29 | 353,95 | 156,7 | 24,17 | 206,5 | 0,83 | 58,57 | 111,86 | 0,55 | 0,04 | 0,14 |
| кисель "Витопка" витаминный №317, сб.2021 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 15,83 | 60,17 | 220 | 12,18 | 0 | 0 | 102 | 3,28 | 0 | 0,3 | 11,2 |
| Итого за 'Полдник' | | 20,73 | 20,25 | 12,53 | 0,15 | 56,12 | 414,12 | 376,7 | 36,35 | 206,5 | 0,83 | 160,6 | 115,14 | 0,55 | 0,35 | 11,34 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с сыром и чесноком №121, сб. Онищенко ГТ | 100 | 4,97 | 3,75 | 11,75 | 0,08 | 7,94 | 153,62 | 165,1 | 24,25 | 114,3 | 1,17 | 31,5 | 37,38 | 3,8 | 0,02 | 1,71 |
| Жаркое по-домашнему №101, сб.2021 г. | 200 | 15,65 | 12,89 | 17,09 | 6,00 | 22,92 | 306,03 | 23,57 | 46,6 | 211,1 | 3,15 | 0 | 12,92 | 3,18 | 0,16 | 9,64 |
| 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 |
| Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021 | 200 | 0,25 | 0,00 | 0,05 | 0,00 | 9,54 | 38,48 | 2,73 | 0,73 | 1,34 | 0,06 | 0 | 0,14 | 0,01 | 0 | 1,12 |
| Итого за 'Ужин' | | 22,94 | 16,63 | 29,15 | 6,35 | 53,88 | 562,29 | 197,4 | 80,21 | 349,5 | 4,9 | 31,5 | 50,44 | 7,34 | 0,22 | 12,47 |
| второй ужин | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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 |
| Итого за 'второй ужин' | | 6,66 | 5,12 | 5,84 | 0,20 | 17,17 | 150,96 | 216,2 | 31,16 | 184,6 | 0,57 | 35,28 | 39,6 | 0,26 | 0,08 | 1,23 |
| Итого за день | | 92,56 | 65,87 | 106,01 | 24,12 | 328,85 | 2602,20 | 1310 | 338,8 | 1479 | 17,4 | 441,5 | 1280,91 | 19,03 | 1,12 | 58,7 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 14.09.2023г. 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 молочная "Дружба" с курагой №355, сб. Онищенко ГГ | 220 | 7,32 | 3,17 | 9,26 | 0,03 | 44,43 | 284,30 | 153,5 | 50,68 | 178,8 | 1,2 | 57,18 | 127,9 | 0,8 | 0,13 | 0,75 |
| 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 сыром №4, сб.2021г | 100/30 | 9,28 | 5,15 | 5,74 | 0,52 | 26,97 | 197,03 | 208 | 28,03 | 163,1 | 1,18 | 41,16 | 47,6 | 0,77 | 0,09 | 0,14 |
| 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' | | 19,15 | 9,77 | 16,65 | 0,76 | 103,36 | 630,21 | 428,6 | 92,8 | 395 | 5,25 | 104,3 | 186,5 | 1,77 | 0,26 | 5,15 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком урожай 2023г. №15 | 100 | 0,77 | 0,00 | 4,70 | 0,01 | 4,19 | 60,86 | 21,08 | 12,42 | 22,82 | 0,58 | 0 | 90,83 | 0,42 | 0,03 | 6,5 |
| 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 |
| Наггетсы №595, сб. Онищенко ГГ | 120 | 19,53 | 17,01 | 27,08 | 4,91 | 16,67 | 384,39 | 33,65 | 34,85 | 220,8 | 3,15 | 101 | 127,27 | 3,24 | 0,1 | 0,51 |
| Ризотто ТК № 381 сб.Онищенко ГГ | 180 | 4,98 | 0,00 | 14,78 | 14,78 | 50,29 | 352,50 | 15,43 | 41,9 | 108,3 | 0,91 | 0 | 595,8 | 6,77 | 0,07 | 7,23 |
| Напиток грушевый №320, сб. 2021 | 200 | 0,09 | 0,00 | 0,07 | 0,08 | 24,78 | 94,38 | 4,81 | 2,61 | 3,48 | 0,56 | 0 | 0,5 | 0,1 | 0 | 0,5 |
| 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' | | 28,88 | 17,27 | 52,20 | 20,03 | 120,51 | 1046,13 | 131,3 | 127,4 | 441,4 | 7,24 | 139,6 | 1107,19 | 11,13 | 0,28 | 36,09 |
| Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г. | 200/20 | 27,64 | 27,00 | 16,71 | 0,20 | 53,72 | 471,93 | 209 | 32,22 | 275,3 | 1,11 | 78,09 | 149,15 | 0,73 | 0,06 | 0,19 |
| кисель "Витощка" витаминный №317, сб.2021 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 15,83 | 60,17 | 220 | 12,18 | 0 | 0 | 102 | 3,28 | 0 | 0,3 | 11,2 |
| Итого за " | | 27,64 | 27,00 | 16,71 | 0,20 | 69,55 | 532,10 | 429 | 44,4 | 275,3 | 1,11 | 180,1 | 152,43 | 0,73 | 0,36 | 11,39 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с сыром и чесноком №121, сб.Онищенко ГГ | 100 | 4,97 | 3,75 | 11,75 | 0,08 | 7,94 | 153,62 | 165,1 | 24,25 | 114,3 | 1,17 | 31,5 | 37,38 | 3,8 | 0,02 | 1,71 |
| Жаркое по-домашнему №101, сб.2021 г. | 250 | 19,57 | 16,11 | 21,36 | 7,50 | 28,65 | 382,53 | 29,47 | 58,25 | 263,9 | 3,93 | 0 | 16,15 | 3,98 | 0,2 | 12,05 |
| 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 |
| Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021 | 200 | 0,25 | 0,00 | 0,05 | 0,00 | 9,54 | 38,48 | 2,73 | 0,73 | 1,34 | 0,06 | 0 | 0,14 | 0,01 | 0 | 1,12 |
| Итого за 'Ужин' | | 27,89 | 19,85 | 33,55 | 7,98 | 66,35 | 670,87 | 206,3 | 96,17 | 413,7 | 5,95 | 31,5 | 53,67 | 8,31 | 0,28 | 14,88 |
| второй ужин | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| снежок №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 |
| Итого за 'второй ужин' | | 7,23 | 5,68 | 6,47 | 0,20 | 17,95 | 162,39 | 239,7 | 33,91 | 203,3 | 0,59 | 39,2 | 44 | 0,26 | 0,09 | 1,37 |
| Итого за день | | 110,79 | 79,58 | 125,59 | 29,17 | 377,73 | 3041,70 | 1435 | 394,7 | 1729 | 20,1 | 494,7 | 1543,79 | 22,2 | 1,27 | 68,88 |

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 14.09.2023г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Б.Р. Басев

МЕНЮ на 14.09.2023г. школа с 12 лет и старше

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)