

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

МЕНЮ на 14.10.2024 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 манная молочная жидкая №205, сб. 2021	160	4,78	2,36	6,41	0,00	24,42	172,77	100,9	15,03	88,56	0,33	42,15	28,46	0,04	0,06	0,43
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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5
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'		13,98	5,40	10,71	1,49	110,57	582,55	262,3	70,36	251,3	8,27	54,15	59,21	1,37	0,25	22,45
Обед																
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	60	1,31	0,00	3,78	0,00	6,11	60,99	28,54	11,35	20,74	0,38	0	173,43	1,94	0,02	11,12
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	100/50	15,40	13,37	11,16	3,48	22,02	248,35	18,43	32,18	138,5	1,68	11,33	117,95	2,04	0,08	1,5
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
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
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'		32,52	16,87	21,28	4,24	120,46	780,88	83,96	207,8	466,9	8,04	36,37	323,36	5,24	0,47	17,51
Полдник																
Молоко кипяченное №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
Блины, № 257, сб. 2021	100	7,10	3,10	12,59	0,00	32,50	270,53	85,64	14,91	97,23	0,67	50,81	40,81	0,06	0,07	0,36
Итого за 'Полдник'		12,85	9,21	18,53	0,00	41,51	381,78	308,1	40,58	262,2	0,85	76,1	87,17	0,06	0,13	1,45
Ужин																
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	120	18,26	17,86	7,94	0,00	3,70	159,18	47,49	25,23	194,9	1,25	87,59	117,92	0,69	0,09	0,65
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	150	2,89	0,02	3,59	0,00	23,92	138,41	14,05	31,3	79,63	1,23	21,59	28,43	0,19	0,13	6,05
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
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		25,92	17,93	20,22	0,61	58,10	515,80	76,23	75,94	327,6	3,68	167	211,65	1,75	0,31	6,7
второй ужин																
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	30	2,23	0,00	0,26	0,26	13,79	67,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Итого за 'второй ужин'		8,49	6,26	7,17	0,26	22,42	193,44	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Итого за день		93,77	55,67	77,91	6,60	353,06	2454,45	989,6	424,9	1513	21,1	376,8	729,83	8,43	1,23	49,62

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 14.10.2024 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
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'		15,69	5,99	12,38	1,55	120,05	641,79	289,1	76,28	279,1	8,49	64,68	66,32	1,47	0,28	22,55	
Обед																	
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2.19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5.34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	100/50	15.40	13,37	11,16	3,48	22,02	248,35	18,43	32,18	138,5	1,68	11,33	117,95	2,04	0,08	1,5	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10.32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0	
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	
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'		36,31	16,87	25,06	4,40	141,30	908,90	109,6	247,2	534,7	9,55	41,15	444,58	6,86	0,56	24,93	
Полдник																	
Молоко кипяченное №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	
Блины, № 257, сб. 2021	120	8.53	3,72	15,11	0,00	39,00	324,64	102,8	17,89	116,7	0,8	60,98	48,98	0,08	0,09	0,43	
Итого за 'Полдник'		14,27	9,83	21,05	0,00	48,01	435,89	325,3	43,56	281,7	0,99	86,26	95,33	0,08	0,15	1,52	
Ужин																	
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	150	22.83	22,33	9,93	0,00	4,63	198,98	59,36	31,54	243,7	1,56	109,5	147,4	0,86	0,11	0,81	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3.47	0,02	4,31	0,00	28,71	166,09	16,86	37,56	95,56	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26	
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
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	
Итого за 'Ужин'		31,07	22,40	22,93	0,61	63,81	583,28	90,92	88,51	392,2	4,23	193,2	246,81	1,96	0,36	8,07	
второй ужин																	
Ряженка №297 сб. 2021	200	6.95	6,95	7,67	0,00	9,59	139,79	287,7	33,57	227,8	0,24	47,95	53,83	0	0,07	1,68	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	50	0.40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0	
Итого за 'второй ужин'		7,36	6,95	7,75	0,07	12,15	151,63	289,9	36,45	237,5	0,48	47,95	53,89	0,09	0,08	1,68	
Итого за день		104,70	62,05	89,16	6,64	385,31	2721,48	1105	492	1725	23,7	433,3	906,93	10,46	1,43	58,75	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 14.10.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

У Уфимская

МЕНЮ на 14.10.2024 г. школа с 12 лет и старше

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Медсестра 7 (Кузьмина О.В.)