

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

МЕНЮ на 15.10.2024 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	150	5,85	2,02	7,42	0,00	26,73	194,05	97,56	46,84	148,6	1,19	38,29	42,28	0,56	0,13	0,15
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 сыром №4, сб.2021г.	50/20	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
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	80	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04
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.	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
Итого за 'Завтрак'		21,17	10,08	19,35	0,85	103,10	659,84	448,1	118,1	447,5	6,86	91,45	113,75	3,12	0,3	5,85
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	60	0,68	0,00	2,72	0,04	2,49	35,61	32,66	12,2	25,8	0,44	0	93,59	1,57	0,01	6,59
Суп харчо №250, сб.Онищенко Г.Г.	200	9,18	7,44	7,36	0,38	18,83	176,51	19,25	29,49	122,3	1,72	6,8	178,54	0,36	0,09	6,2
Финшболы из филе горбуши №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	17,36	17,29	11,21	0,01	12,84	221,09	23,04	26,66	153	1,01	14,94	42,2	4,8	0,11	0,2
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160	3,33	0,06	9,83	0,00	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
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.	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'		33,03	24,80	31,52	0,75	100,80	805,86	111,7	118,6	427,6	5,87	67,05	734,87	7,62	0,41	26,91
Полдник																
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	180	8,65	8,00	9,45	0,14	18,80	194,00	80,16	11,71	99,41	0,54	62,5	96,81	0,41	0,03	0,11
Молоко кипяченое №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
Итого за 'Полдник'		14,39	14,11	15,38	0,14	27,81	305,25	302,7	37,37	264,4	0,72	87,78	143,16	0,41	0,09	1,2
Ужин																
Котлеты "Полтавские" с соусом № 539, сб.Онищенко Г.Г.2022	130	16,17	15,44	13,56	5,56	15,13	245,72	16,2	30,29	143	1,59	9,69	88,17	2,82	0,06	1,19
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
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
Итого за 'Ужин'		24,98	16,91	18,90	5,84	64,95	527,12	83,98	52,12	244,2	2,88	33,05	131,14	4,03	0,18	1,45
второй ужин																
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
Кефир №297 сб. 2021	204,1	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'		6,01	5,68	6,33	0,06	9,88	123,74	236,9	29,74	193,9	0,39	39,2	44,05	0,07	0,07	1,37
Итого за день		99,57	71,57	91,49	7,65	306,55	2421,81	1183	355,9	1578	16,7	318,5	1166,97	15,24	1,05	36,78

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 15.10.2024 г. интернат с 12 лет и старше

Наименовани 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 овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	180	7,02	2,42	8,90	0,00	32,07	232,86	117,1	56,2	178,4	1,42	45,94	50,73	0,67	0,15	0,18
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 сыром №4, сб.2021г	60/30	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
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	80	0,97	0,00	3,65	0,00	10,29	73,49	22,58	13,14	24,52	1,15	0	2,4	1,87	0,01	1,39
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.	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
Итого за 'Завтрак'		22,58	10,48	21,75	0,85	111,02	717,02	473,3	130,7	483,3	7,38	99,1	122,8	3,69	0,32	6,22
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	9,74	7,45	7,80	0,48	23,54	201,06	23,27	34,96	136,6	1,92	8,5	223,17	0,41	0,11	7,75
Фишболы из филе горбуши №466 сб.Онищенко Г.Г.	120	20,83	20,75	13,45	0,01	15,40	265,31	27,65	32	183,6	1,21	17,93	50,64	5,76	0,13	0,23
Картофель тушеный №146. сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,00	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
Напиток из свежих фруктов №320. сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
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.	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'		39,11	28,27	37,40	1,04	120,84	960,82	149,1	147,6	516,7	7,1	77,4	902,77	9,94	0,5	34,51
Полдник																
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	200	9,61	8,89	10,50	0,16	20,88	215,55	89,07	13,01	110,5	0,6	69,44	107,56	0,45	0,04	0,12
Молоко кипяченое №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
Итого за 'Полдник'		15,36	15,00	16,43	0,16	29,90	326,80	311,6	38,67	275,4	0,78	94,73	153,92	0,45	0,1	1,21
Ужин																
Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ 2022	150	18,66	17,82	15,64	6,41	17,45	283,52	18,69	34,95	165	1,84	11,19	101,73	3,26	0,07	1,38
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
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.	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
Итого за 'Ужин'		30,07	19,29	21,89	6,89	84,22	650,85	92,77	64,67	291,1	3,66	37,41	150	4,88	0,24	1,64
второй ужин																
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
Кефир №297 сб. 2021	204,1	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'		6,17	5,68	6,36	0,09	10,90	128,48	237,8	30,89	197,8	0,48	39,2	44,08	0,11	0,07	1,37
Итого за день		113,29	78,72	103,83	9,03	356,88	2783,97	1264	412,6	1764	19,4	347,8	1373,57	19,07	1,23	44,96

Завіроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 15.10.2024 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	150	5,85	2,02	7,42	0,00	26,73	194,05	97,56	46,84	148,6	1,19	38,29	42,28	0,56	0,13	0,15
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 сыром №4, сб.2021г.	50/20	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
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	80	0,97	0,00	3,65	0,00	10,29	73,49	22,58	13,14	24,52	1,15	0	2,4	1,87	0,01	1,39
Итого за 'Завтрак'		19,38	10,08	19,93	0,52	78,33	559,65	436,7	109,1	428,2	4,09	91,45	114,35	3,21	0,26	2,19
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	60	0,68	0,00	2,72	0,04	2,49	35,61	32,66	12,2	25,8	0,44	0	93,59	1,57	0,01	6,59
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,19	7,45	7,36	0,38	18,83	176,58	19,25	29,5	122,3	1,72	6,8	178,54	0,36	0,09	6,2
Фишболы из филе горбуши №466 сб.Онищенко Г.Г.	90	15,62	15,56	10,09	0,01	11,55	198,98	20,74	24	137,7	0,91	13,45	37,98	4,32	0,1	0,18
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160	3,33	0,06	9,83	0,00	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92
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.	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 '		31,69	23,07	30,45	0,89	92,31	760,32	117,8	119,8	418,3	7,9	65,55	729,4	7,2	0,4	29,89
Итого за день		51,07	33,15	50,39	1,41	170,65	1319,97	554,5	228,8	846,5	12	157	843,75	10,41	0,66	32,08

Запроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 15.10.2024 г. школа с 12 лет и старше

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)