

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

МЕНЮ на 15.12.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	220	4,83	3,20	4,58	0,00	18,07	131,69	119,3	15,85	99,74	0,35	19,43	35,69	0,28	0,05	0,57	
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 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	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак '		13,38	6,29	16,27	0,79	84,00	526,54	239,9	47,43	231,1	1,66	89,25	122,99	1,16	0,18	1,09	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Свекольник №70 сб.2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97	
Котлеты рыбные с соусом №83 сб.2021	90/40	11,52	10,20	9,42	0,15	16,43	195,91	48,93	36,65	149,6	0,89	12,83	104,51	3,82	0,07	1,28	
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0	
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 '		22,51	11,97	26,17	0,39	126,48	810,52	138,5	137,4	390,2	4,6	70,86	789,44	9,44	0,26	7,44	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	150/20	27,52	24,59	18,57	0,00	46,33	461,95	222,4	37,13	296,5	1,3	118,2	136,18	0,83	0,09	0,46	
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 "		33,27	30,70	24,51	0,00	55,34	573,20	444,9	62,79	461,5	1,48	143,5	182,53	0,83	0,15	1,55	
Ужин																	
Салат из свеклы с солеными огурцами №28, сб.2021	80	1,09	0,00	4,09	0,00	7,69	67,74	25,53	15,03	29,19	0,93	0	1,91	2,09	0,01	3,09	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	200	14,28	12,70	17,29	6,71	16,03	273,04	34,57	41,17	171,1	2,53	5,95	686	3,43	0,09	10,38	
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	
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	
Итого за 'Ужин'		18,05	12,70	21,78	7,11	65,35	515,36	72,42	69,59	232,2	4,68	5,95	688,41	6,06	0,16	13,97	
второй ужин																	
снежок №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		91,47	65,93	93,42	8,29	337,06	2511,32	1072	337,8	1455	12,6	338,9	1816,38	17,49	0,79	25,09	

Зав.производством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 15.12.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ГЭ,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
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 с маслом №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
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		14,04	6,73	16,89	0,79	86,47	544,50	256,2	49,59	244,7	1,7	91,9	127,86	1,2	0,18	1,17
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97
Котлеты или биточки рыбные с соусом №83 сб.2021	120/50	11,75	9,60	12,21	0,19	21,37	241,70	56,47	37,42	151,7	1,01	15,4	100,56	5	0,08	1,51
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0
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.	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'		23,56	11,43	29,91	0,49	137,02	888,83	154,4	146	412,2	5,18	76,26	832,12	10,74	0,28	8,66
Полдник																
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	200/25	36,43	32,55	24,58	0,00	61,32	611,41	294,4	49,14	392,4	1,72	156,4	180,24	1,1	0,12	0,61
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'		42,17	38,66	30,51	0,00	70,33	722,66	516,9	74,81	557,4	1,9	181,7	226,59	1,1	0,18	1,7
Ужин																
Салат из свеклы с соевыми огурцами №28, сб.2021	80	1,09	0,00	4,09	0,00	7,69	67,74	25,53	15,03	29,19	0,93	0	1,91	2,09	0,01	3,09
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98
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 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
Итого за 'Ужин'		23,68	15,88	26,36	9,05	82,84	647,78	87,07	88,51	297,7	5,83	7,43	859,92	7,26	0,22	16,57
второй ужин																
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'		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		108,57	77,81	109,32	10,33	383,72	2906,60	1226	383,6	1679	14,8	392,6	2086,08	20,3	0,92	29,33

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 15.12.2022г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,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	
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 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	
Итого за "Завтрак"		13,04	6,73	16,69	0,59	65,87	461,02	256,2	49,59	244,7	1,7	91,9	127,86	1,2	0,18	1,17	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Свекольник №70 сб.2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97	
Котлеты рыбные с соусом №83 сб.2021	90/40	11,52	10,20	9,42	0,15	16,43	195,91	48,93	36,65	149,6	0,89	12,83	104,51	3,82	0,07	1,28	
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	150	3,59	0,02	3,79	0,00	37,96	200,86	4,52	24,75	73,4	0,51	23,92	26,47	0,25	0,04	0	
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	
Итого за "Обед"		23,60	11,97	25,62	0,61	130,74	826,92	142,3	139,2	392,1	4,87	66,08	784,1	9,68	0,28	7,44	
Итого за день		36,64	18,70	42,31	1,20	196,61	1287,94	398,4	188,8	636,7	6,57	158	911,96	10,88	0,47	8,61	

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 15.12.2022г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, квал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РD,мкг	ТD,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		
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 с маслом №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		
Итого за 'Завтрак'		13,04	6,73	16,69	0,59	65,87	461,02	256,2	49,59	244,7	1,7	91,9	127,86	1,2	0,18	1,17		
Обед																		
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01		
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97		
Котлеты или биточки рыбные с соусом №83 сб.2021	120/50	11,75	9,60	12,21	0,19	21,37	241,70	56,47	37,42	151,7	1,01	15,4	100,56	5	0,08	1,51		
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0		
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.	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		
Итого за 'Обед'		26,25	11,43	30,23	0,81	154,69	973,22	161,3	156	436,6	5,73	76,26	832,05	11,17	0,33	8,66		
Итого за день		39,29	18,16	46,92	1,40	220,56	1434,24	417,5	205,6	681,3	7,43	168,2	959,91	12,37	0,52	9,83		

Запроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.