

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

МЕНЮ на 16.01.2025 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	4,65	19,42	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6
Сок фруктовый ТК № 6	206,3	1,03	0,00	0,21	0,21	21,25	89,20	14,44	8,25	14,44	2,89	0	0	0,21	0,02	4,13
Итого за 'Завтрак'		15,72	5,70	19,57	0,85	97,07	616,72	271,1	103,6	325,2	5,89	123,2	1356,1	1,56	0,29	5,45
Обед																
Салат "Школьный" №32, сб.2021	80	1,39	0,00	5,92	0,00	7,91	86,07	26,72	16,69	36,27	0,9	0	7,39	3,02	0,03	3,67
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,24	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	220	17,22	14,17	18,80	6,60	25,21	336,63	25,93	51,26	232,2	3,46	0	14,21	3,5	0,17	10,6
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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'		24,31	14,44	26,98	7,22	98,06	711,11	105,9	116,7	374,7	6,47	8,6	317,79	8,29	0,34	20,35
Полдник																
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	150/30	28,04	25,01	20,42	0,02	37,83	448,82	236,3	37,86	307,7	1,08	132	152,23	0,89	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 'Полдник'		33,78	31,13	26,36	0,02	46,84	560,07	458,8	63,53	472,7	1,27	157,3	198,59	0,89	0,15	1,55
Ужин																
Салат "Степной" №40, сб.2021	60	0,98	0,00	2,05	0,00	6,06	44,61	11,07	11,72	28,08	0,37	0	233,47	0,11	0,04	1,79
Рыба "Аппетитная" №89, сб.2021	250	27,99	15,74	26,13	0,00	18,18	412,35	104,3	23,97	195,7	1,49	58,57	116,3	4,28	0,09	5,54
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
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №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
Итого за 'Ужин'		29,30	15,74	28,23	0,06	46,26	542,36	117,6	38	231,5	2,11	58,57	349,82	4,45	0,14	7,33
второй ужин																
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
Кефир №297 сб. 2021	182,5	5,19	5,19	5,72	0,00	7,15	104,27	214,6	25,04	169,9	0,18	35,77	40,15	0	0,05	1,25
Итого за 'второй ужин'		6,22	5,19	5,85	0,13	13,90	136,35	217,6	29,35	181,3	0,44	35,77	40,15	0,17	0,07	1,25
Итого за день		#####	72,19	107,00	8,29	302,13	2566,60	1171	351,2	1585	16,2	383,4	2262,4	15,37	1	35,94

Зав.производством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 16.01.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	6,21	25,89	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81
Сок фруктовый ТК № 6	206,3	1,03	0,00	0,21	0,21	21,25	89,20	14,44	8,25	14,44	2,89	0	0	0,21	0,02	4,13
Итого за 'Завтрак'		17,17	6,25	21,09	0,87	103,91	662,27	299,8	117,4	362,4	6,19	133,8	1771,03	1,69	0,32	5,7
Обед																
Салат "Школьный" №32, сб.2021	100	1,74	0,00	7,40	0,00	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,30	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	220	17,22	14,17	18,80	6,60	25,21	336,63	25,93	51,26	232,2	3,46	0	14,21	3,5	0,17	10,6
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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'		25,91	14,50	29,02	7,38	108,34	775,20	118,1	128,3	404,9	7,1	10,75	364,55	9,23	0,38	22,59
Полдник																
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	180	28,04	25,01	20,42	0,02	37,83	448,82	236,3	37,86	307,7	1,08	132	152,23	0,89	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 'Полдник'		33,78	31,13	26,36	0,02	46,84	560,07	458,8	63,53	472,7	1,27	157,3	198,59	0,89	0,15	1,55
Ужин																
Салат "Степной" №40, сб.2021	100	1,64	0,00	3,41	0,00	10,10	74,34	18,46	19,53	46,81	0,61	0	389,12	0,18	0,06	2,98
Рыба "Аппетитная" №89, сб.2021	250	27,99	15,74	26,13	0,00	18,18	412,35	104,3	23,97	195,7	1,49	58,57	116,3	4,28	0,09	5,54
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
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
Итого за 'Ужин'		30,12	15,74	29,63	0,09	51,33	576,83	125,8	46,96	254,1	2,45	58,57	505,5	4,56	0,17	8,52
второй ужин																
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
Кефир №297 сб. 2021	182,5	5,19	5,19	5,72	0,00	7,15	104,27	214,6	25,04	169,9	0,18	35,77	40,15	0	0,05	1,25
Итого за 'второй ужин'		6,22	5,19	5,85	0,13	13,90	136,35	217,6	29,35	181,3	0,44	35,77	40,15	0,17	0,07	1,25
Итого за день		113,19	72,81	111,95	8,49	324,31	2710,72	1220	385,6	1675	17,4	396,2	2879,81	16,54	1,1	39,61

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 16.01.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	90	1,12	0,00	0,09	0,09	6,98	29,13	22,03	31,01	44,88	0,57	0	1813,5	0,36	0,04	0,91
Итого за 'Завтрак '		15,06	5,70	19,39	0,67	78,15	537,22	264	105,7	325,8	3,19	123,2	1960,59	1,48	0,28	1,63
Обед																
Салат "Школьный" №32, сб.2021	80	1,39	0,00	5,92	0,00	7,91	86,07	26,72	16,69	36,27	0,9	0	7,39	3,02	0,03	3,67
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	220	17,22	14,17	18,80	6,60	25,21	336,63	25,93	51,26	232,2	3,46	0	14,21	3,5	0,17	10,6
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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'		24,31	14,44	26,98	6,98	98,06	711,11	105,9	116,7	374,7	6,47	8,6	317,79	8,29	0,34	20,35
Итого за день		39,38	20,14	46,37	7,66	176,21	1248,33	369,9	222,4	700,4	9,66	131,8	2278,38	9,77	0,62	21,98

Запроизводством: ЗР (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ку (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.01.2025 г. 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.				Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
Итого за 'Завтрак '		16,38	6,25	20,90	0,68	84,21	579,54	290,2	116	357,9	3,43	133,8	2174,03	1,56	0,31	1,77
Обед																
Салат "Школьный" №32, сб.2021	100	1,74	0,00	7,40	0,00	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	220	17,22	14,17	18,80	6,60	25,21	336,63	25,93	51,26	232,2	3,46	0	14,21	3,5	0,17	10,6
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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.	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'		25,99	14,50	29,04	7,09	108,85	777,57	118,6	128,9	406,9	7,15	10,75	364,56	9,25	0,38	22,59
Итого за день		42,37	20,75	49,94	7,78	193,06	1357,10	408,8	244,9	764,8	10,6	144,6	2538,59	10,81	0,69	24,36

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