

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



МЕНЮ на 16.05.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,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 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'		18,63	11,83	13,95	0,72	83,02	526,92	463,5	66,22	368,7	4,49	75,24	110,16	1,29	0,2	5,31	
Обед																	
Винегрет с сельдью № 43, сб.2021с 1 марта	120	5,89	4,71	10,00	9,01	10,32	152,03	42,7	32,4	108,2	1,13	3,32	488,48	0,49	0,05	4,56	
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	
Печень по-строгановски №130, сб.2021	110	15,87	16,44	11,18	0,00	2,83	175,64	19,65	16,58	256,3	5,55	3978	26,03	0,12	0,15	4,23	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46	
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	23,76	93,72	10,03	4,65	6,12	1,05	0	2,64	0,11	0,01	3,12	
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 'Обед'		32,12	22,29	29,88	10,09	106,08	811,34	141,7	123,8	568,4	10,8	4017	793,27	1,86	0,51	30,97	
Ужин																	
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	200/20	41,27	38,46	7,31	0,00	56,24	454,45	206,1	44,84	322,4	1,25	53,2	60,87	0,51	0,1	0,55	
Напиток или кисель "Витошка" 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	
банан сб.2021г. ТК № 5	195	2,93	0,00	0,98	0,98	44,27	186,23	15,6	81,9	54,6	1,17	0	39	0,78	0,08	19,5	
Итого за "		44,20	38,46	8,28	0,98	116,34	700,84	441,7	138,9	377	2,42	155,2	103,15	1,29	0,48	31,25	
Ужин																	
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	28,70	166,08	16,86	37,56	95,55	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26	
Хлеб подовый "Уньш" №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	
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	
Итого за 'Ужин'		27,84	22,73	6,79	0,91	48,63	359,49	124,1	95	381,4	3,14	42,97	165,97	1,82	0,31	17,85	
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	
Хлеб подовый "Уньш" №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 'второй ужин'		5,44	5,12	5,70	0,06	9,10	112,32	213,4	27	175,3	0,37	35,28	39,65	0,07	0,06	1,23	
Итого за день		128,23	100,42	64,61	12,75	363,17	2510,90	1384	450,9	1871	21,2	4326	1212,2	6,33	1,56	86,6	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.05.2023г. школа 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭН-кал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	Г,мг	Ц,мг	С,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	200	4,39	2,91	4,16	0,00	16,43	119,71	108,5	14,41	90,67	0,32	17,66	52,45	0,26	0,05	0,52		
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 сыром №4, сб.2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,00	107,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14		
снежок №297 сб. 2021	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	136,4	20,78	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03		
Итого за 'Завтрак'		20,80	15,37	17,42	0,52	64,19	496,21	598,8	75,2	471,7	1,76	100,2	135,05	1,03	0,21	2,21		
Обед																		
Винегрет с сельдью № 43, сб.2021	60	2,94	2,35	5,00	1,81	1,00	11,00	21,35	16,2	54,09	0,57	1,66	244,24	0,24	0,02	2,28		
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,00	1,00	37,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28		
Печень по-строгановски №130, сб.2021	110	15,87	16,44	11,38	0,00	2,34	175,64	19,65	16,58	256,3	5,55	3978	26,03	0,12	0,15	4,23		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	1,58	1,58	0,00	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38		
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	180	0,33	0,00	0,36	0,00	21,38	84,35	9,03	4,18	5,51	0,94	0	2,38	0,1	0,01	2,81		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	40	3,66	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 подовый "Уныш" №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		
банан сб.2021г. ТК № 5	16	2,93	0,00	0,98	0,98	44,27	186,23	15,6	81,9	54,6	1,17	0	39	0,78	0,08	19,5		
Итого за 'Обед'		29,74	19,73	24,29	6,33	126,90	825,51	122,2	175,5	532,3	10,7	4009	534,33	2,11	0,5	44,48		
Итого за день		50,54	35,10	41,70	6,85	191,09	1321,72	721	250,7	1004	12,5	4109	669,38	3,14	0,71	46,68		

Заготовлено: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Мелестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.05.2023г. 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	Ca, мкг	В1, мкг	В2, мкг	В12, мкг	C, мг			
Завтрак																		
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	200	4,39	2,91	4,16	0,00	16,43	119,71	108,5	14,41	90,67	0,32	12,66	32,45	0,26	0,05	0,52		
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 сыром №4, сб.2021г	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,64	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14		
снежок №297 сб. 2021	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	107,84	81	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23		
Итого за 'Завтрак'		21,65	16,22	18,36	0,52	68,37	518,35	634,1	79,31	499,6	1,79	106,1	141,65	1,03	0,22	2,41		
Обед																		
Витегрет с сельдью № 43, сб.2021	120	5,89	4,71	2,04	0,00	18,15	152,03	42,7	32,4	108,2	1,13	3,32	488,48	0,49	0,05	4,56		
Суп картофельный с ланшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,8	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6		
Печень по-строгановски №130, сб.2021	110	15,87	16,44	1,18	0,00	2,83	175,64	19,65	16,58	256,3	5,55	3978	26,03	0,12	0,15	4,23		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,01	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46		
Пашиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,33	0,00	0,18	0,00	23,76	93,72	10,03	4,65	6,12	1,05	0	2,64	0,11	0,01	3,12		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	220	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 подовый "Уныш" №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		
банан сб.2021г. ТК № 5	195	2,93	0,00	0,98	0,98	44,27	186,23	15,6	81,9	54,6	1,17	0	39	0,78	0,08	19,5		
Итого за 'Обед'		35,10	22,29	30,89	11,10	150,55	998,10	158,8	207,6	630,9	12,1	4017	832,36	2,68	0,59	50,47		
Итого за день		56,75	38,51	49,25	11,62	215,92	1511,45	792,9	286,9	1130	13,9	4123	974,01	3,71	0,81	52,88		

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