

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

МЕНЮ на 16.10.2024 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																
Омлет натуральный №234, сб.2021	160	14,84	15,78	28,07	0,00	2,70	322,34	102,4	17,07	226,9	2,55	274	440,96	0,89	0,07	0,22
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
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Апельсин сб.2021г.	145	0,36	0,00	0,08	0,08	4,11	17,74	13,56	5,18	9,17	0,12	0	3,19	0,08	0,02	23,93
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 '		21,88	17,23	30,32	0,80	65,73	617,28	195	53,6	334,7	6,58	280	455,15	1,87	0,2	28,41
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.с р.м.с зеленью	60	0,72	0,00	6,00	6,00	3,09	68,34	20,22	13,87	17,89	0,55	0	115,29	3,1	0,03	18,84
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200	1,94	0,19	4,35	0,25	10,97	89,01	23,62	16,52	42,91	0,57	6,86	166,06	1,48	0,05	6,1
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Пюре гороховое №178, сб. 2021	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	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.	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.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0
Итого за 'Обед '		33,41	13,07	31,88	19,53	120,49	871,31	184,4	162,9	458,9	8,35	30,78	425,46	12,58	0,67	25,18
Полдник																
Батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	88	7,50	0,00	2,82	2,82	92,23	413,93	29,62	35,51	85,71	2,71	0	0	1,63	0,16	0,32
Компот из груш №311, сб. 2021	200	0,18	0,00	0,13	0,14	19,28	73,70	8,33	4,95	6,61	0,99	0	0,95	0,19	0,01	0,95
Итого за 'Полдник '		7,68	0,00	2,95	2,96	111,51	487,64	37,96	40,46	92,31	3,7	0	0,95	1,82	0,16	1,27
Ужин																
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	60	0,78	0,00	3,47	0,00	10,66	72,85	14,42	8,44	16,57	0,54	0	0,98	1,77	0	0,39
Запеканка картофельная с овощами №173, сб. 2021	200	5,80	2,43	10,47	0,04	28,95	228,89	30,85	31,41	106,5	1,61	21,78	13,33	0,07	0,11	4,81
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	3,28	0,05	8,67	0,59	20,51	168,02	18,33	23,03	79,28	1,93	57,82	65,8	0,8	0,09	0
Итого за 'Ужин'		12,73	5,52	25,42	0,63	75,04	563,52	169,5	75,06	280,7	4,2	91,6	102,11	2,64	0,23	5,72
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
Йогурт №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 "		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		81,84	40,94	96,35	24,06	386,57	2674,67	801,5	361	1346	23,3	437,6	1023,27	19,08	1,34	61,81

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.10.2024 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,69	17,75	31,57	0,00	3,04	362,63	115,2	19,21	255,3	2,87	308,2	496,08	1,01	0,08	0,25
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
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
Апельсин сб.2021г.	145	0,36	0,00	0,08	0,08	4,11	17,74	13,56	5,18	9,17	0,12	0	3,19	0,08	0,02	23,93
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 '		24,76	19,20	33,96	0,93	72,81	689,65	210,8	60,04	374,5	7,16	314,2	510,27	2,15	0,23	28,43
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.с р.м.с зеленью	100	1,19	0,00	9,99	9,99	5,16	113,91	33,7	23,11	29,82	0,91	0	192,15	5,16	0,05	31,39
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021-11	250	2,43	0,24	5,44	0,31	13,71	111,27	29,52	20,65	53,63	0,71	8,57	207,57	1,85	0,07	7,63
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	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.	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 'Обед '		37,98	13,12	38,02	23,69	138,13	1011,40	222,5	194,4	535,9	10,1	37,27	549,15	15,15	0,82	39,26
Полдник																
Батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	88	7,50	0,00	2,82	2,82	92,23	413,93	29,62	35,51	85,71	2,71	0	0	1,63	0,16	0,32
Компот из груш №311, сб. 2021	200	0,18	0,00	0,13	0,14	19,28	73,70	8,33	4,95	6,61	0,99	0	0,95	0,19	0,01	0,95
Итого за 'Полдник '		7,68	0,00	2,95	2,96	111,51	487,64	37,96	40,46	92,31	3,7	0	0,95	1,82	0,16	1,27
Ужин																
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	100	1,31	0,00	5,78	0,00	17,77	121,42	24,03	14,07	27,62	0,9	0	1,63	2,94	0,01	0,65
Запеканка картофельная с овощами №173, сб. 2021	220	6,38	2,67	11,51	0,05	31,85	251,78	33,93	34,55	117,2	1,77	23,96	14,67	0,08	0,12	5,29
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	70/10	4,38	0,07	11,56	0,78	27,35	224,02	24,43	30,71	105,7	2,57	77,09	87,73	1,07	0,12	0
Итого за 'Ужин'		14,92	5,78	31,68	0,83	91,88	690,98	188,3	91,51	328,8	5,36	113,1	126,03	4,09	0,28	6,46
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
Йогурт №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 "		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		91,50	43,22	112,37	28,55	428,13	3014,59	874,2	415,4	1510	26,7	499,8	1226,01	23,38	1,57	76,66

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.10.2024 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																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,91	14,79	26,31	0,00	2,53	302,19	95,96	16,01	212,8	2,39	256,8	413,4	0,84	0,07	0,21
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
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
Йогурт №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 'Завтрак '		22,30	20,51	32,80	0,33	36,62	530,50	332,9	53,46	420	3,26	292,2	457,4	1,27	0,18	1,5
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.с р.м.с зеленью	60	0,72	0,00	6,00	6,00	3,09	68,34	20,22	13,87	17,89	0,55	0	115,29	3,1	0,03	18,84
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021-11	200	1,94	0,19	4,35	0,25	10,97	89,01	23,62	16,52	42,91	0,57	6,86	166,06	1,48	0,05	6,1
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Пюре гороховое №178, сб. 2021	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	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.	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
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 '		32,97	13,07	31,83	19,48	117,63	857,64	183,3	161,3	455,1	8,27	30,78	425,47	12,51	0,66	25,18
Итого за день		55,28	33,58	64,63	19,81	154,25	1388,14	516,3	214,7	875,1	11,5	323	882,87	13,79	0,84	26,67

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.10.2024 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,69	17,75	31,57	0,00	3,04	362,63	115,2	19,21	255,3	2,87	308,2	496,08	1,01	0,08	0,25
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
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
Йогурт №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 'Завтрак '		26,46	24,32	39,06	0,39	41,68	624,11	388,9	62,93	496,1	3,9	349,5	546,68	1,53	0,21	1,74
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.с р.м.с зеленыю	100	1,19	0,00	9,99	9,99	5,16	113,91	33,7	23,11	29,82	0,91	0	192,15	5,16	0,05	31,39
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	250	2,43	0,24	5,44	0,31	13,71	111,27	29,52	20,65	53,63	0,71	8,57	207,57	1,85	0,07	7,63
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Пюре гороховое №178. сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	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.	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 '		38,66	13,12	38,11	23,78	142,52	1032,17	224,9	197,7	545,5	10,3	37,27	549,18	15,27	0,83	39,26
Итого за день		65,12	37,44	77,17	24,17	184,20	1656,29	613,8	260,6	1042	14,2	386,8	1095,86	16,8	1,04	41

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)