

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



МЕНЮ на 17.10.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша ячневая молочная вязкая, №194, сб. 2021	200	6,74	2,63	7,81	0,00	38,02	243,81	141,6	32,2	211,8	0,86	49,8	56,12	0,7	0,13	0,48	
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	
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	
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'		14,63	5,53	11,60	0,66	96,57	537,64	274,7	76,34	357,5	5,15	61,8	78,19	1,51	0,25	5	
Обед																	
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07	
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021	200/10	1,69	0,21	4,34	0,18	8,37	76,74	47,4	20,14	40,52	0,64	30,88	255,62	0,3	0,04	12,49	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41	
спагетти 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	
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	
Хлеб пшенично- ржаной ТТК№2	80	5,28	0,00	0,96	0,96	33,36	152,30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		28,53	14,12	26,68	7,48	120,25	813,90	340,2	81,46	238,8	3,29	161	797,47	6,23	0,49	30,17	
Полдник																	
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	
груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26	
пряники сб.2021	40	2,36	0,00	1,88	0,00	30,84	142,04	4,4	3,6	20	0,32	0	0	0,96	0,03	0	
Итого за 'Полдник'		8,68	6,11	8,25	0,44	58,88	326,93	254,5	46,7	208,2	3,84	25,28	49,26	1,54	0,12	8,36	
Ужин																	
Салат из свежих огурцов № 14 сб.2021	80	0,65	0,00	3,59	0,00	3,29	46,06	17,43	9,42	30,01	0,43	0	6,48	1,85	0,02	3,07	
Суфле рыбное №88, сб.2021	90	12,16	12,64	9,01	0,00	2,54	139,75	30,51	10,83	113,8	0,54	61,6	103,16	0,9	0,04	0,06	
Картофель тушенный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,51	25,01	192,26	23,32	34,99	87,82	1,35	42,48	393,05	0,39	0,13	12,12	
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.	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'		21,08	14,15	23,73	0,97	65,79	552,75	134,8	76,42	310,5	3,31	110,1	513,69	3,74	0,27	15,51	
перед сном																	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
Итого за 'перед сном'		6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
Итого за день		78,95	45,93	72,47	9,54	350,17	2312,98	1186	303	1255	15,7	372,9	1453,61	13,03	1,18	59,92	

Зав. производством: _____

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 17.10.2022г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша ячневая молочная вязкая, №194, сб. 2021	200	6,74	2,63	7,81	0,00	38,02	243,81	141,6	32,2	211,8	0,86	49,8	56,12	0,7	0,13	0,48	
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	
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	
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'		16,17	5,53	11,79	0,85	106,69	585,76	279,2	82,81	374,6	5,54	61,8	78,19	1,77	0,28	5	
Обед																	
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34	
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.-	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	110/60	17,09	15,73	16,12	7,18	20,71	295,67	39,66	30,94	152,4	1,35	15,62	124,16	3,63	0,07	1,6	
спагетти 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	
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	
Хлеб пшенично- ржаной ТТК№2	120	7,92	0,00	1,44	1,44	50,04	228,46	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		34,85	16,02	31,73	8,82	151,06	1000,60	347,1	89,91	277,5	3,86	173,4	906,91	7,23	0,53	31,15	
Полдник																	
Молоко кипячсное №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	
груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26	
пряники сб.2021	40	2,36	0,00	1,88	0,00	30,84	142,04	4,4	3,6	20	0,32	0	0	0,96	0,03	0	
Итого за 'Полдник'		8,68	6,11	8,25	0,44	58,88	326,93	254,5	46,7	208,2	3,84	25,28	49,26	1,54	0,12	8,36	
Ужин																	
Салат из свежих огурцов № 14сб.2021	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84	
Суфле рыбное №88, сб.2021	120	16,21	16,86	12,01	0,00	3,38	186,33	40,69	14,44	151,7	0,72	82,14	137,55	1,19	0,05	0,08	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54	
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	
Итого за 'Ужин'		27,47	18,38	29,67	1,27	82,58	697,41	158,5	95,85	390,6	4,26	139,1	628,31	4,84	0,35	18,72	
перед сном																	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
Итого за 'перед сном'		7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
Итого за день		94,42	53,27	84,09	11,38	409,61	2708,81	1258	341,7	1418	17,7	417,3	1680,67	15,38	1,34	64,28	

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 17.10.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша ячневая молочная вязкая, №194, сб. 2021	200	6,74	2,63	7,81	0,00	38,02	243,81	141,6	32,2	211,8	0,86	49,8	56,12	0,7	0,13	0,48	
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 №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	
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0	
груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26	
Итого за 'Завтрак'		18,70	5,53	14,38	1,09	143,67	750,47	298,3	96,74	408,8	6,48	61,8	81,09	3,35	0,33	8,26	
Обед																	
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34	
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.-2	110/60	17,09	15,73	16,12	7,18	20,71	295,67	39,66	30,94	152,4	1,35	15,62	124,16	3,63	0,07	1,6	
спагетти 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	
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.	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 пшенично- ржаной ТТК№2	70	4,62	0,00	0,84	0,84	29,19	133,27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		35,65	16,02	31,72	8,81	155,20	1027,96	150,1	98,67	325,6	7,44	71,44	903,63	7,95	0,31	23,95	
Итого за день		54,36	21,55	46,10	9,90	298,87	1778,42	448,4	195,4	734,5	13,9	133,2	984,73	11,3	0,64	32,21	

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)