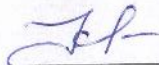



Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
 Б.Р.Баев



МЕНЮ на 18.01.2024г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод- 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																		
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	160	5,76	2,25	6,61	0,00	29,47	192,16	104	28,17	142	1,42	49,24	28,46	0,04	0,11	0,41		
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 №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		
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	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'		14,50	5,29	10,21	0,78	96,60	520,13	250,6	86,28	309,7	5,76	61,24	1259,46	1,18	0,26	5,53		
Обед																		
Обед																		
Винегрет овощной №42, сб.2021	60	1,15	0,00	1,55	0,07	6,86	43,17	14,75	14,85	35,05	0,49	0	247,02	0,11	0,06	7,36		
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		
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14		
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.сахар 10	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	0	116,6	1,1	0,02	0,8		
Хлеб подовый "Уныш" №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'		43,25	25,18	30,54	0,48	112,94	866,86	166,2	153,3	548,6	9,05	89,97	668,22	2,34	0,74	14,58		
Полдник																		
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																		
Ужин																		
огурцы соленые (порциями), сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,57	13,8	8,4	14,4	0,36	0	3	0,06	0,01	3		
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		
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		
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
конфеты шоколадные сб.2021	40	0,60	0,00	2,88	0,00	32,72	152,66	7,2	10,8	16,4	0,64	0	0	0	0	0		
Итого за 'Ужин'		24,25	17,22	22,15	7,14	65,28	551,84	156,1	86,93	364,7	4,85	12	39,21	4,17	0,29	14,12		
второй ужин																		
второй ужин																		
Кефир №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		
груша ТК № 5	170	0,51	0,00	0,38	0,38	16,59	64,20	24,06	15,2	20,26	2,91	0	2,53	0,51	0,03	6,33		
Итого за 'второй ужин'		4,77	4,26	5,08	0,38	22,47	149,90	200,5	35,78	159,9	3,06	29,4	35,53	0,51	0,07	7,36		
Итого за день		120,54	83,08	94,34	8,81	344,14	2648,80	1232	425,8	1856	24	349,9	2201,01	9,08	1,51	43,15		

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.) Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 18.01.2024г. 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	С,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	200	7,20	2,81	8,26	0,00	36,83	240,19	130	35,22	177,5	1,78	61,55	35,57	0,05	0,13	0,51
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 №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
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
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 '		16,43	5,86	11,90	0,82	107,07	581,11	286,4	107,1	365,1	6,37	73,55	2072,57	1,35	0,31	6,04
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	120	2,30	0,00	3,10	0,13	13,73	86,33	29,5	29,7	70,1	0,98	0	494,03	0,23	0,12	14,71
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
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.сахар 10	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	0	116,6	1,1	0,02	0,8
Хлеб пшеничный "Уныш" №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'		56,04	33,55	40,96	0,67	134,34	1090,98	209	196,8	714	11,5	116,1	998,3	2,82	0,94	23,64
Ужин																
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	180/40	34,27	30,57	24,96	0,03	46,23	548,56	288,9	46,28	376	1,32	161,3	186,06	1,09	0,12	0,56
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 "		40,01	36,68	30,90	0,03	55,24	659,81	511,4	71,94	541	1,51	186,6	232,41	1,09	0,18	1,65
Ужин																
огурцы соленные (порциями), сб. 2021	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,00	11,43	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	4
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
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
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
конфеты шоколадные сб.2021	40	0,60	0,00	2,88	0,00	32,72	152,66	7,2	10,8	16,4	0,64	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		23,70	14,17	22,43	7,36	93,70	661,71	66,56	94,82	324,7	5,89	0	18,21	4,45	0,3	14,6
второй ужин																
Кефир №297 сб. 2021	180	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
груша ТК № 5	170	0,51	0,00	0,38	0,38	16,59	64,20	24,06	15,2	20,26	2,91	0	2,53	0,51	0,03	6,33
Итого за 'второй ужин '		4,77	4,26	5,08	0,38	22,47	149,90	200,5	35,78	159,9	3,06	29,4	35,53	0,51	0,07	7,36
Итого за день		140,95	94,53	111,27	9,25	412,82	3143,51	1274	506,5	2105	28,3	405,6	3357,03	10,21	1,8	53,29

Завпроизводством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 18.01.2024г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
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	
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 №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	
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	
Итого за "		33,71	28,06	23,56	0,34	70,88	626,16	362,9	79,34	438,6	2,1	144	1383,23	1,48	0,19	1,58	
Обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	60	1,15	0,00	1,55	0,07	6,86	43,17	14,75	14,85	35,05	0,49	0	247,02	0,11	0,06	7,36	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14	
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.сахар 10	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	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 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	
Итого за 'Обед'		45,05	25,18	30,76	0,70	124,79	923,43	170,8	160,1	565,2	9,42	89,97	668,18	2,63	0,77	14,58	
Итого за день		78,76	53,24	54,32	1,04	195,67	1549,59	533,7	239,5	1004	11,5	234	2051,41	4,11	0,96	16,16	



Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 18.01.2024г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	180/40	34,27	30,57	24,96	0,03	46,23	548,56	288,9	46,28	376	1,32	161,3	186,06	1,09	0,12	0,56	
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 №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	
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	
Итого за "		41,22	33,62	28,25	0,49	87,58	764,45	423,3	98,96	528,3	2,73	173,3	1820,06	1,93	0,24	1,88	
Обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52	
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	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 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	
Итого за 'Обед'		57,84	33,55	40,70	0,90	146,35	1144,94	209,5	199,8	721	11,8	116,1	915,9	3,13	0,97	21,18	
Итого за день		99,06	67,17	68,95	1,40	233,93	1909,39	632,8	298,7	1249	14,5	289,4	2735,96	5,06	1,21	23,07	

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