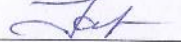


Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
 Б.Р.Баев

МЕНЮ на 18.09.2023г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углекислота, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5	
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'		14,19	5,90	20,67	1,45	105,13	645,86	293,5	85,72	314,1	9,35	122,5	131,69	1,39	0,26	21,55	
Обед																	
Салат из белокочанной капусты и свежих огурцов №6, сб.2021	100	1,91	0,00	4,53	0,15	11,87	90,65	62,41	22,87	40,48	0,73	0	278,63	2,51	0,03	20,35	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,52	5,80	0,62	0,50	15,18	94,67	19,39	26,97	115	0,88	1,87	5,64	0,47	0,09	4,96	
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	230	17,03	12,55	18,45	0,00	48,69	427,81	20,03	52,08	226,8	2,63	46,14	520,08	0,75	0,06	0,25	
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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	
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'		31,18	18,36	24,17	1,22	137,04	873,56	115,7	120,9	433,5	5,48	48,01	804,38	4,47	0,27	25,55	
Полдник																	
Молоко кипяченное №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	
Кыстыбый с картофелем №283, сб. 2021	150	8,01	2,01	12,04	0,02	38,76	294,24	51,63	11,29	74,95	0,75	57,17	104	1,6	0,07	0,16	
Итого за 'Полдник'		13,76	8,12	17,97	0,02	47,77	405,49	274,1	36,95	239,9	0,93	82,45	150,35	1,6	0,13	1,26	
Ужин																	
помидоры свежие порц. ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21	
Запеканка картофельная с овощами №173, сб. 2021	180	5,68	2,29	9,15	0,76	29,19	217,95	25,63	35,04	115,8	1,72	27	0	0,07	0,15	12,96	
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	
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	
Итого за 'Ужин'		24,72	15,98	17,37	1,43	72,17	537,89	69,12	86,4	320,8	4,03	25,38	106	5,5	0,3	20,39	
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 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	
Итого за 'второй ужин'		6,66	5,12	5,84	0,20	17,17	150,96	216,2	31,16	184,6	0,57	35,28	39,6	0,26	0,08	1,23	
Итого за день		90,51	53,46	86,02	4,31	379,28	2613,75	968,6	361,1	1493	20,4	313,6	1232,02	13,22	1,04	69,99	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 18.09.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4	
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
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'		12,74	5,16	18,71	1,49	98,66	596,73	263,5	81,92	287,5	9,46	109,3	123,3	1,4	0,24	22,42	
Обед																	
Салат из белокачанной капусты и свежих огурцов №6, сб.2021	60	1,15	0,00	2,72	0,09	7,12	54,39	37,45	13,72	24,29	0,44	0	167,18	1,5	0,02	12,21	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96	
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	200	14,81	10,91	16,04	0,00	42,34	372,01	17,42	45,28	197,2	2,28	40,12	452,24	0,65	0,05	0,22	
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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	
Итого за 'Обед'		24,90	15,56	19,59	0,82	111,26	707,34	78,48	91,36	341,9	4,14	41,62	623,93	2,96	0,2	16,39	
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	
Кыстыбый с картофелем №283, сб. 2021	120	6,41	1,61	9,63	0,01	31,01	235,39	41,31	9,03	59,96	0,6	45,73	83,2	1,28	0,05	0,13	
Итого за 'Полдник'		12,15	7,72	15,56	0,01	40,02	346,64	263,8	34,69	224,9	0,78	71,02	129,55	1,28	0,12	1,22	
Ужин																	
помидоры свежие порц. ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21	
Запеканка картофельная с овощами №173, сб. 2021	180	5,68	2,29	9,15	0,76	29,19	217,95	25,63	35,04	115,8	1,72	27	0	0,07	0,15	12,96	
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	
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	
Итого за 'Ужин'		23,17	15,98	17,17	1,23	62,06	489,77	64,61	79,93	303,8	3,64	25,38	106	5,24	0,26	20,39	
второй ужин																	
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	
снежок №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 'второй ужин'		6,84	4,26	5,03	0,33	22,74	165,90	183,9	31,36	168,1	0,8	29,4	33	0,43	0,1	1,03	
Итого за день		79,81	48,67	76,06	3,88	334,73	2306,38	854,3	319,3	1326	18,8	276,8	1015,78	11,32	0,92	61,46	

Зав.производством:

[Подпись]

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

[Подпись]

(Кузьмина О.В.)