

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

МЕНЮ на 18.12.2024 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	14,81	15,76	23,96	0,00	2,66	285,13	101,8	17,07	226	2,54	244,6	407,79	0,84	0,07	0,09
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	0,52
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	0,14
Икра кабачковая №49, сб.2021	60	1,47	0,00	4,97	0,16	8,84	81,60	32,93	14,11	28,81	0,65	0	94,8	1,92	0,02	1,64
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'		22,96	17,21	31,10	0,88	70,42	643,93	213,8	62,52	353,4	7,1	250,6	513,59	3,66	0,21	0
Обед																6,39
Икра морковная №46, сб. 2021	60	1,15	0,00	4,63	0,00	7,04	71,27	18,62	23,81	38,02	0,58	0	1154,16	2,43	0,03	
Суп крестьянский с пшеном №67, сб.2021	200	1,94	0,19	4,35	0,25	10,97	89,02	23,62	16,52	42,91	0,57	6,86	166,06	1,48	0,05	5,88
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	0,21
Рис отварной, сб. 2021	150	3,74	0,03	5,99	0,00	39,36	226,85	31,75	27,22	81,75	0,75	39,83	44,08	0,28	0,04	14,54
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	29,12	111,48	37,93	28,16	32,43	0,91	0	117,6	1,28	0,02	1
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'		23,64	13,48	29,63	0,62	101,61	751,15	129	122,5	360,8	5,43	46,68	1491,68	7,66	0,21	21,63
Полдник																
Ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,1
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	60	5,11	0,00	1,92	1,92	62,41	280,44	20,1	24,16	58,37	1,84	0	0	1,11	0,11	0
Банан сб.2021г. ТК № 5	240	3,60	0,00	1,20	1,20	54,48	229,20	19,2	100,8	67,2	1,44	0	48	0,96	0,1	24
Итого за 'Полдник'		14,97	6,26	10,03	3,12	125,53	635,44	298,3	155,2	330,6	3,49	43,16	96,44	2,07	0,27	25,1
Ужин																
Огурцы консервированные с лимонной кислотой 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	16,68
Запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	220	9,48	1,26	11,02	0,69	36,31	278,77	40,95	47,53	133,1	2,25	48,21	110,93	0,59	0,18	0,27
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.-5	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	0,26
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
Итого за 'Ужин'		16,11	4,36	22,57	1,34	73,24	549,13	178,9	91,14	305,1	4,66	118	201,73	1,45	0,31	17,21
второй ужин																
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	1,37
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	0,77	0,00	0,10	0,10	5,06	24,06	2,25	3,23	8,53	0,2	0	0	0,13	0,02	0
Итого за 'второй ужин'		6,52	6,11	6,03	0,10	14,07	135,31	224,8	28,9	173,5	0,38	25,28	46,35	0,13	0,08	1,37
Итого за день		84,19	47,41	99,37	6,06	384,86	2714,96	1045	460,2	1523	21,1	483,8	2349,8	14,97	1,08	71,7

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

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

МЕНЮ на 18.12.2024 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	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	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
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,96	0,00	6,62	0,22	11,78	108,80	43,9	18,82	38,42	0,86	0	126,4	2,56	0,03	6,16
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'		26,34	19,17	35,89	1,07	80,44	738,85	240,5	73,67	402,7	7,89	281,2	596,16	4,58	0,25	10,67
Обед																
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31
Суп крестьянский с пшеном №67, сб.2021	250	2,43	0,24	5,44	0,31	13,71	111,27	29,52	20,65	53,64	0,71	8,57	207,57	1,85	0,07	7,63
Гуляш №96, сб.2021	120	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33
Рис отварной, сб. 2021	180	4,48	0,04	7,18	0,00	47,23	272,22	38,1	32,66	98,1	0,9	47,79	52,89	0,34	0,04	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	29,12	111,48	37,93	28,16	32,43	0,91	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.	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'		29,59	16,19	38,02	0,84	125,37	942,57	159,8	157,1	457	6,89	56,36	2313,43	10,29	0,28	10,45
Полдник																
Ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	60	5,11	0,00	1,92	1,92	62,41	280,44	20,1	24,16	58,37	1,84	0	0	1,11	0,11	0,21
Банан сб.2021г. ТК № 5	240	3,60	0,00	1,20	1,20	54,48	229,20	19,2	100,8	67,2	1,44	0	48	0,96	0,1	24
Итого за 'Полдник'		14,97	6,26	10,03	3,12	125,53	635,44	298,3	155,2	330,6	3,49	43,16	96,44	2,07	0,27	25,72
Ужин																
Огурцы консервированные с лимонной кислотой 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
Запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	250	10,78	1,43	12,53	0,78	41,26	316,79	46,53	54,02	151,3	2,56	54,78	126,05	0,67	0,21	24,65
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 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'		18,50	4,54	26,97	1,63	85,03	643,15	190,6	105,3	349,7	5,61	143,9	238,79	1,79	0,37	28,17
второй ужин																
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
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
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		96,17	52,28	116,97	6,79	432,12	3103,34	1115	521,3	1716	24,3	549,9	3291,18	18,91	1,25	76,11

Запроизводством: Х1- (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

сержда
ектор ГБОУ Уфимская КЛ
Б.Р.
Наименование

МЕНЮ на 18.12.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 18.12.2024 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Белки, г			Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
	Выход, г	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	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	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.	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
Ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26
Итого за 'Завтрак'		27,04	24,39	34,62	0,46	45,14	600,29	393,9	65,57	504	4,02	317,1	510,13	1,56	0,22	1,77
Суп крестьянский с пшеном №67, сб.2021	250	2,43	0,24	5,44	0,31	13,71	111,27	29,52	20,65	53,64	0,71	8,57	207,57	1,85	0,07	7,63
Гуляш №96, сб.2021	120	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33
Рис отварной, сб. 2021	180	4,48	0,04	7,18	0,00	47,23	272,22	38,1	32,66	98,1	0,9	47,79	52,89	0,34	0,04	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	29,12	111,48	37,93	28,16	32,43	0,91	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
Банан сб.2021г. ТК № 5	240	3,60	0,00	1,20	1,20	54,48	229,20	19,2	100,8	67,2	1,44	0	48	0,96	0,1	24
Итого за "		31,44	16,19	31,54	2,07	169,15	1057,72	148,8	219,4	464,7	7,46	56,36	437,85	7,24	0,33	32,14
Итого за день		58,48	40,58	66,16	2,53	214,29	1658,01	542,7	285	968,7	11,5	373,5	947,99	8,8	0,55	33,91

Завпроизводством: Х.Р. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К. (Кузьмина О.В.)