

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

МЕНЮ на 19.05.2025 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																
Каша из смеси круп 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 с сыром №4, сб.2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
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'		20,34	11,01	17,01	0,72	99,32	617,47	457,9	83,43	432,8	5,88	114,7	105,17	1,03	0,27	5,17
Обед																
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 говядины №120, сб.2021	200	17,74	13,62	18,37	0,00	43,34	408,80	19,68	50,86	227,8	2,79	40,12	467,24	0,77	0,06	0,89
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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.	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'		27,52	18,26	19,25	0,78	117,50	734,68	74,54	103,3	377,4	4,88	41,62	588,4	2,66	0,21	5,18
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5
Мармелад сб.2021	20	0,08	0,00	0,00	0,00	15,32	58,39	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		6,56	6,11	6,67	0,74	45,79	259,70	252,1	42,31	185,3	4,25	25,28	55,6	0,37	0,12	19,6
Ужин																
Котлеты из филе минтая с соусом №83 сб.2021	90/40	11,52	10,20	9,42	0,15	16,43	195,91	48,93	36,65	149,6	0,89	12,83	104,51	3,82	0,07	1,28
Вермишель отварная №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
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
Итого за 'Ужин'		21,47	11,67	14,79	0,54	82,16	543,62	120	62,78	262,2	2,47	33,18	141,99	5,15	0,21	1,54
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 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 'второй ужин'		5,44	5,12	5,70	0,06	9,10	112,32	213,4	27	175,3	0,37	35,28	39,65	0,07	0,06	1,23
Итого за день		81,34	52,17	63,43	2,85	353,87	2267,78	1118	318,8	1433	17,8	250,1	930,82	9,27	0,87	32,72

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 19.05.2025 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																
Каша из смеси круп молочная жидкая №209, сб. 2021	220	7,92	3,09	9,09	0,00	40,52	264,21	143	38,74	195,2	1,96	67,7	39,13	0,06	0,15	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 с сыром №4, сб.2021г	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
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'		21,06	11,29	17,84	0,72	103,00	641,49	470,9	86,95	450,6	6,05	120,9	108,73	1,03	0,28	5,22
Обед																
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 говядины №120, сб.2021	230	20,40	15,67	21,13	0,00	49,85	470,12	22,63	58,49	262	3,2	46,14	537,33	0,88	0,07	1,02
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		32,36	21,47	22,22	0,98	131,43	835,71	83,73	119,7	444,1	5,7	48,01	659,64	2,99	0,25	6,3
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5
Мармелад сб.2021	20	0,08	0,00	0,00	0,00	15,32	58,39	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		6,56	6,11	6,67	0,74	45,79	259,70	252,1	42,31	185,3	4,25	25,28	55,6	0,37	0,12	19,6
Ужин																
Котлеты из филе минтая с соусом №83 сб.2021	120/50	11,75	9,60	12,21	0,19	21,37	241,70	56,47	37,42	151,7	1,01	15,4	100,56	5	0,08	1,51
Вермишель отварная №227, сб.2021	200	7,07	0,03	4,70	0,00	45,53	252,08	11,96	9,48	52,44	0,96	19,14	35,3	1,08	0,08	0
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.	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
Итого за 'ужин'		22,43	11,08	18,63	0,45	91,74	620,34	127,5	61,62	266,1	2,56	40,53	146,86	6,42	0,22	1,77
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'второй ужин'		5,60	5,12	5,73	0,09	10,12	117,05	214,3	28,15	179,2	0,46	35,28	39,68	0,11	0,07	1,23
Итого за день		88,03	55,07	71,10	2,98	382,08	2474,30	1148	338,7	1525	19	270	1010,51	10,92	0,94	34,12

Запроизводством:

Л

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Н

(Кузьмина О.В.)

Наименование бл

МЕНЮ на 19.05.2025 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 19.05.2025 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	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша из смеси круп молочная жидкая №212, сб.2021	200	6,67	2,82	9,08	0,00	24,86	203,44	130,5	55,74	181,4	1,57	51,55	57,11	0,5	0,16	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 с сыром №4, сб.2021г	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5
Итого за 'Завтрак '		19,55	11,02	18,37	1,26	88,21	584,29	474	112,6	443,1	6,93	104,7	135,96	1,65	0,33	19,67
Обед																
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 говядины №120, сб.2021	230	20,40	15,67	21,13	0,00	49,85	470,12	22,63	58,49	262	3,2	46,14	537,33	0,88	0,07	1,02
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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'		32,44	21,47	22,24	0,99	131,94	838,08	84,16	120,2	446	5,75	48,01	659,65	3	0,25	6,3
Итого за день		52,00	32,49	40,61	2,26	220,15	1422,37	558,2	232,8	889,2	12,7	152,7	795,61	4,65	0,59	25,97

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)