

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

МЕНЮ на 20.03.2023г. 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	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	190	4,78	2,82	7,66	0,00	29,98	206,81	119	26,77	123,5	0,41	50,41	56,8	0,17	0,05	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 маслом сыром №1, сб. 2021г.	80/10/20	9,85	5,20	13,89	0,59	30,42	286,33	210,7	30,18	170,6	1,33	98,98	112,9	0,96	0,1	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'		18,49	11,07	24,57	0,79	95,91	673,38	449,5	77,14	386,5	4,66	161,4	191,7	1,33	0,2	5,17
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб. 2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	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
Итого за 'Обед'		26,45	14,90	21,03	0,83	103,97	694,60	155,9	107,3	339,7	4,59	30,72	710,45	6,2	0,33	42,71
Полдник																
Пирожки печеные с картофелем № 267, сб. 2021	60	4,04	0,67	3,81	0,00	24,74	148,34	12,7	9,77	46,12	0,65	16,77	30,92	0,61	0,06	0,46
Молоко кипяченое №299, сб. 2021	150	4,31	4,58	4,45	0,00	6,76	83,44	166,9	19,25	123,7	0,14	18,96	34,77	0	0,05	0,82
банан сб. 2021г. ТК № 5	220	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за 'Полдник'		11,64	5,25	9,36	1,10	81,44	441,88	197,2	121,4	231,5	2,1	35,73	109,68	1,49	0,19	23,28
Ужин																
Фрикадельки рыбные с соусом №86, сб. 2021	90/40	12,23	11,73	5,00	0,02	9,24	130,51	26,54	12,02	101,4	0,7	33,91	146,24	1,07	0,04	2,57
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб подовый "Уныш" №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 'Ужин'		23,09	13,20	12,50	0,09	60,98	435,37	95,51	160,7	352,6	5,71	68,42	192,5	1,81	0,33	2,83
второй ужин																
йогурт №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
Хлеб подовый "Уныш" №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 'второй ужин'		4,67	4,26	4,78	0,07	8,43	97,55	178,5	23,46	149,3	0,39	29,4	33,06	0,09	0,06	1,03
Итого за день		84,34	48,68	72,23	2,88	350,74	2342,79	1077	489,9	1459	17,5	325,7	1237,4	10,91	1,11	75,01

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 20.03.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	210	5,29	3,12	8,47	0,00	33,13	228,58	131,5	29,59	136,5	0,45	55,72	62,78	0,19	0,06	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 маслом ГОСТ 32261-2013 сыром №3, сб.2021г.	100/10/30	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21
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'		21,58	13,94	27,98	0,79	99,07	729,51	560,1	85,35	458,3	4,77	187,3	221,48	1,39	0,21	5,29
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	100	3,21	1,02	6,35	0,00	13,91	122,40	19,88	26,4	73,81	0,91	12	538,04	2,88	0,11	6,74
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,00	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	110	15,91	15,25	7,28	0,34	16,08	193,15	35,27	25,09	138,6	1,1	2,85	8,71	0,45	0,06	0,05
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	120	6,19	0,00	0,78	0,78	40,45	192,47	18,03	25,87	68,21	1,57	0	0	1,04	0,13	0
Итого за 'Обед'		31,76	16,54	25,19	1,13	128,66	849,09	189,1	133,6	414,4	5,78	38,01	883,08	7,73	0,42	51,78
Полдник																
Пирожки печеные с картофелем № 267, сб. 2021	80	5,38	0,89	5,08	0,00	32,99	197,79	16,94	13,02	61,49	0,86	22,36	41,22	0,81	0,08	0,61
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
банан сб.2021г. ТК № 5	220	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за 'Полдник'		14,42	7,00	12,12	1,10	91,94	519,14	257	131,1	288,1	2,36	47,64	131,58	1,69	0,22	23,71
Ужин																
Фрикадельки рыбные с соусом №86, сб.2021	150	14,11	13,53	5,77	0,03	10,66	150,58	30,63	13,87	117	0,8	39,13	168,74	1,23	0,05	2,96
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб подовый "Уньш" №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 'Ужин'		26,44	15,01	14,06	0,15	70,45	498,63	103,2	182,4	401,7	6,61	76,83	218,76	2,12	0,38	3,22
второй ужин																
йогурт №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 подовый "Уньш" №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 'второй ужин'		5,52	5,12	5,72	0,07	9,61	114,69	213,8	27,57	177,3	0,42	35,28	39,66	0,09	0,06	1,23
Итого за день		99,72	57,61	85,06	3,24	399,73	2711,06	1323	560	1740	19,9	385	1494,56	13,02	1,3	85,24

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 20.03.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	150	3,78	2,23	6,05	0,00	23,67	163,27	93,92	21,14	97,52	0,32	39,8	44,84	0,13	0,04	0,4
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	180	2,58	2,74	2,53	0,00	13,42	84,39	95,28	10,96	70,47	0,1	10,8	19,8	0	0,03	0,47
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 сыром №3, сб.2021г.	50/5/20	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21
йогурт №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
банан сб.2021г. ТК № 5	220	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за 'Завтрак'		26,34	17,01	30,88	1,69	123,33	864,15	691,9	180,7	598,7	3,29	199,6	278,34	2,01	0,3	24,11
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	100	3,21	1,02	6,35	0,00	13,91	122,40	19,88	26,4	73,81	0,91	12	538,04	2,88	0,11	6,74
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
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.	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'		26,42	15,10	22,31	0,84	96,34	676,85	169,4	114,7	355	7,22	33,12	818,12	6,71	0,34	48,06
Итого за день		52,76	32,11	53,19	2,53	219,67	1541,00	861,3	295,3	953,7	10,5	232,7	1096,47	8,73	0,64	72,16

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 20.03.2023г. 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	180	2,58	2,74	2,53	0,00	13,42	84,39	95,28	10,96	70,47	0,1	10,8	19,8	0	0,03	0,47
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 сыром №3, сб.2021г.	60/10/30	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21
йогурт №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
банан сб.2021г. ТК № 5	220	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за 'Завтрак'		27,95	18,31	33,03	1,69	129,24	913,94	746	189	646,1	3,39	213,4	293,91	2,04	0,32	24,39
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	100	3,21	1,02	6,35	0,00	13,91	122,40	19,88	26,4	73,81	0,91	12	538,04	2,88	0,11	6,74
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,00	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	110	15,91	15,25	7,28	0,34	16,08	193,15	35,27	25,09	138,6	1,1	2,85	8,71	0,45	0,06	0,05
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
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 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'		30,23	16,54	25,10	1,04	112,63	780,00	196,6	132,7	407,8	8,08	38,01	883,17	7,53	0,4	55,78
Итого за день		58,18	34,85	58,13	2,72	241,86	1693,94	942,6	321,7	1054	11,5	251,4	1177,08	9,58	0,72	80,18

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.