



МЕНЮ на 19.11.2020г.

Интернат 7-10 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак [730,5]							
Запеканка из творога со сметаной №223, сб. шк. 2014 г.	220/20	38,51	36,14	27,34	0,11	35,97	541,49
Хлеб "Вкус Здоровья"	80	5,50	0,00	0,58	0,58	38,64	185,89
сыр порциями	20	5,15	5,15	5,21	0,00	0,00	68,72
Кофейный напиток на молоке №286, сб. 2014г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18
Сок	190,5	0,95	0,00	0,19	0,19	19,24	81,61
Итого за прием		53,02	44,19	36,83	0,89	108,53	976,89
Обед [910]							
Салат "Студенческий" №41, сб. 2014 г.	80	2,94	1,52	8,39	8,15	4,81	106,72
Свекольник с мясом №68, сб. 2014 г.	200/10/25	8,78	7,46	8,15	0,22	11,77	155,25
Котлеты или биточки рыбные с соусом №83, сб. 2014 г.	90/40	14,67	12,87	12,35	7,50	16,37	236,75
Каша рисовая рассыпчатая №176, сб. шк. 2014 г.	180/5	4,44	0,02	4,67	0,63	45,01	244,20
Компот из изюма №292, сб. шк. 2014г.	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,50	124,90
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	141,42
Итого за прием		36,45	21,87	34,53	17,46	137,18	1009,24
Полдник [400]							
Молоко кипяченое №281, сб. шк. 2014 г.	200	5,74	6,11	6,49	0,00	9,01	116,26
Вафли	30	0,48	0,48	2,66	0,00	1,08	29,97
Яблоки	170	0,68	0,00	0,68	0,68	16,66	76,64
Итого за прием		6,90	6,59	9,83	0,68	26,75	222,87
Ужин [580]							
Салат из свеклы с солеными огурцами №28, сб. 2014 г.	80	1,15	0,00	7,11	8,08	6,07	92,23
Рагу овощное с мясом №118, сб. 2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	17,12	335,47
Хлеб пшеничный	50	3,31	0,00	0,29	0,29	24,60	117,06
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,62
Итого за прием		23,74	17,33	30,58	16,78	59,03	607,37
второй ужин [190,5]							
ряженка №279 сб. шк. 2014г.	190,5	5,41	5,41	5,97	0,00	7,47	108,84
Итого за прием		5,41	5,41	5,97	0,00	7,47	108,84
Итого за день		125,52	95,40	117,74	35,81	338,97	2925,20

Главный бухгалтер _____ Р.Ф.Музафарова
 Зав.производством _____ М.Г.Ахметова
 Медсестра _____ О.В.Кузьмина

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

МЕНЮ на 19.11.2020г.

Школа 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак [521,3]							
Запеканка из творога со сметаной №223, сб. shk. 2014 г.	180/18	31,51	29,57	22,37	0,09	29,43	443,03
Хлеб "Вкус Здоровья" с сыром	73,3/20	10,07	4,58	4,47	0,58	38,64	240,35
Кофейный напиток на молоке №286, сб. 2014 г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18
Вафли	30	0,48	0,48	2,66	0,00	1,08	29,97
Итого за прием		44,96	37,52	33,00	0,68	83,84	812,54
Обед [950]							
Салат "Студенческий" №41, сб. 2014 г.	80	2,94	1,52	8,39	8,15	4,81	106,72
Свекольник с мясом №68, сб. 2014 г.	200/10/25	8,78	7,46	8,15	0,22	11,77	155,25
Котлеты или биточки рыбные с соусом №83, сб. 2014 г	90/40	14,67	12,87	12,35	7,50	16,37	236,75
Каша рисовая рассыпчатая №176, сб. shk. 2014 г	180/5	4,44	0,02	4,67	0,63	45,01	244,20
Компот из изюма №292, сб. shk. 2014 г.	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,50	124,90
Хлеб ржаной	60	3,96	0,00	0,72	0,72	20,04	106,07
Хлеб пшеничный	40	3,97	0,00	0,35	0,35	29,52	140,47
Итого за прием		39,10	21,87	34,64	17,57	160,02	1114,35
Итого за день		84,06	59,40	67,64	18,25	243,86	1926,89

Главный бухгалтер _____ Р.Ф.Музафарова
Зав.производством _____ М.Г.Ахметова
Медсестра _____ О.В.Кузьмина