

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

МЕНЮ на 12.04.2021г. 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, мкг	РЭ, мкг	ГЭ, мкг	В1, мг	С, мг
Завтрак [690]																
Каша манная молочная жидкая №190, сб.шк. 2014 г.	200	7,65	4,70	10,39	0,29	32,36	253,20	197,9	26,86	161,7	0,47	81,22	89,56	0,66	0,09	0,86
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	28,48	213,73	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Кофейный напиток на молоке №286, сб.шк.2014г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	82,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		16,24	7,65	22,76	1,07	95,72	648,80	332,9	60,26	304,8	1,79	169	187,86	1,64	0,22	2,16
Обед [820]																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15, сб.2014 г.	80	0,62	0,00	3,76	4,27	2,55	46,94	16,86	9,94	18,25	0,46	0	72,66	2,21	0,02	5,2
Рассольник ленинградский №54, сб.2014г.	200/10	1,73	0,02	2,60	0,31	12,33	81,07	12,38	17,99	50,4	0,68	11,33	183,3	0,19	0,06	5,36
Котлеты № 98, сб. шк. 2014 г.	100	14,46	13,87	11,90	6,30	13,84	221,50	32,06	22,81	126,1	1	2,59	7,92	3,05	0,05	0,05
Капуста тушеная №140, сб. шк. 2014 г.	150	2,66	0,02	3,13	0,00	10,86	80,39	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Кисель из концентрата №305, сб.шк.2014г.	200	0,00	0,00	0,00	0,00	9,98	37,92	0,3	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	139,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		24,75	13,90	22,34	11,85	76,28	606,85	61,6	50,74	194,8	2,17	13,92	263,88	5,45	0,13	10,61
Полдник [350]																
Молоко кипяченое №281, сб.шк.2014 г.	150	4,31	4,58	4,87	0,00	6,76	87,19	166,9	19,25	123,7	0,14	28,44	52,15	0,16	0,05	0,82
Плошка новомосковская №269, сб.шк. 2014 г.	50	3,90	0,34	2,92	0,00	25,51	145,39	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки	150	0,60	0,00	0,60	0,60	14,70	67,62	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
Итого за прием		8,81	4,92	8,39	0,60	46,97	300,21	190,9	32,75	140,2	3,44	28,44	59,65	0,46	0,09	15,82
Ужин [615]																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2014 г	80	1,34	0,00	6,39	6,39	6,62	88,34	33,92	18,75	37,01	1,2	0	1,88	3,02	0,01	1,88
Тефтели рыбные с соусом № 87, сб.2014 г.	75/30	18,35	15,59	15,40	8,75	19,63	291,93	41,67	27,1	136,3	0,93	31,21	88,49	5,92	0,15	4,03
Каша гречневая рассыпчатая №172, сб. шк. 2014 г.	160	9,17	0,02	5,89	2,40	40,06	253,66	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,00	11,23	62,47	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный	70	4,63	0,00	0,46	0,46	32,69	156,45	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		34,93	17,06	29,70	18,00	110,24	852,85	90,48	186,7	379,5	6,96	56,72	120,09	9,57	0,44	5,91
второй ужин [150]																
Кефир №279 сб.шк. 2014г.	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	81,73	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	81,73	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за день		89,00	47,79	87,90	31,53	335,08	2490,43	675,8	330,4	1019	14,4	268,1	631,47	17,11	0,89	34,49

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.04.2021г. 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. жиь	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	Амг	РЭмг	ТЭмг	В1,мг	Смг
Завтрак [710]																
Каша манная молочная жидкая №190, сб.шк. 2014 г.	200	7,65	4,70	10,39	0,29	32,36	253,20	197,9	26,86	161,7	0,47	81,22	89,56	0,66	0,09	0,86
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	28,48	213,73	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Кофейный напиток на молоке №286, сб.шк.2014г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	82,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		16,24	7,65	22,76	1,07	95,72	648,80	332,9	60,26	304,8	1,79	169	187,86	1,64	0,22	2,16
Обед [970]																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15, сб.2014 г.	100	0,77	0,00	4,70	5,34	3,18	58,68	21,07	12,42	22,82	0,58	0	90,83	2,76	0,03	6,5
Рассольник ленинградский №54, сб.2014г.	250/10	2,17	0,02	3,25	0,39	15,42	101,34	15,47	22,49	63	0,85	14,16	229,12	0,24	0,08	6,7
Котлеты № 98, сб. шк. 2014 г.	110	15,91	15,25	13,09	6,93	15,22	243,65	35,27	25,09	138,7	1,1	2,85	8,71	3,35	0,06	0,05
Капуста тушеная №140, сб. шк. 2014 г.	180	3,19	0,02	3,75	0,00	13,04	96,46	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Кисель из концентрата №305, сб.шк.2014г.	200	0,00	0,00	0,00	0,00	9,98	37,92	0,3	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной	120	7,92	0,00	1,44	1,44	40,08	208,54	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		29,96	15,30	26,23	14,11	96,92	746,59	72,11	60	224,5	2,55	17,01	328,66	6,35	0,16	13,25
Полдник [410]																
Молоко кипяченое №281, сб.шк.2014 г.	200	5,74	6,11	6,49	0,00	9,01	116,26	222,5	25,66	165	0,18	37,93	69,53	0,21	0,06	1,1
Плюшка новомосковская №269, сб.шк. 2014 г.	60	4,68	0,40	3,51	0,00	30,61	174,47	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки	150	0,60	0,00	0,60	0,60	14,70	67,62	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
Итого за прием		11,03	6,51	10,60	0,60	54,32	358,35	246,5	39,16	181,5	3,48	37,93	77,03	0,51	0,11	16,1
Ужин [690]																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2014 г.	100	1,67	0,00	7,99	7,99	8,28	110,42	42,41	23,44	46,26	1,51	0	2,35	3,77	0,02	2,35
Тефтели рыбные с соусом № 87, сб.2014 г.	75/30	18,35	15,59	15,40	8,75	19,63	291,93	41,67	27,1	136,3	0,93	31,21	88,49	5,92	0,15	4,03
Каша гречневая рассыпчатая №172, сб. шк. 2014 г.	185	10,61	0,02	6,81	2,77	46,32	293,30	17,21	162,8	238,4	5,58	29,5	34,36	0,74	0,31	0
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,00	11,23	62,47	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный	100	6,61	0,00	0,66	0,66	46,70	223,50	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		38,68	17,06	32,42	20,17	132,17	981,62	101,3	213,4	420,9	8,02	60,71	125,2	10,42	0,48	6,37
второй ужин [180]																
Кефир №279 сб.шк. 2014г.	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	98,08	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	98,08	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за день		101,03	51,64	97,65	35,95	386,18	2833,43	752,8	372,8	1132	15,9	284,7	718,75	18,92	0,97	37,88

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 12.04.2021г. школа 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белок, 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, мкг	РЭ, мкг	ГЭ, мкг	В1, мг	С, мг	
Завтрак [410]																	
Каша манная молочная жидкая №190, сб.шк. 2014 г.	150	5,73	3,53	7,79	0,21	24,27	189,90	148,4	20,15	121,3	0,35	60,92	67,17	0,49	0,07	0,64	
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	50/10	4,69	0,05	8,67	0,59	28,48	213,73	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Кофейный напиток на молоке №286, сб.шк.2014г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3	
Итого за прием		13,33	6,47	19,96	0,80	67,43	502,82	283,4	53,55	264,3	1,68	148,7	165,47	1,47	0,2	1,94	
Обед [978]																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15, сб.2014 г.	80	0,62	0,00	3,76	4,27	2,55	46,94	16,86	9,94	18,25	0,46	0	72,66	2,21	0,02	5,2	
Рассольник ленинградский №54, сб.2014г.	200/10	1,73	0,02	2,60	0,31	12,33	81,07	12,38	17,99	50,4	0,68	11,33	183,3	0,19	0,06	5,36	
Котлеты № 98, сб. шк. 2014 г.	100	14,46	13,87	11,90	6,30	13,84	221,50	32,06	22,81	126,1	1	2,59	7,92	3,05	0,05	0,05	
Капуста тушеная №140, сб. шк. 2014 г.	150	2,66	0,02	3,13	0,00	10,86	80,39	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	82,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	48	3,17	0,00	0,58	0,58	16,03	83,41	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,68	89,40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки	150	0,60	0,00	0,60	0,60	14,70	67,62	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	
Итого за прием		26,89	13,90	23,02	12,53	109,20	753,01	85,3	64,24	211,3	5,44	13,92	271,38	5,75	0,18	25,61	
Итого за день		40,22	20,38	42,98	13,33	176,62	1255,83	368,7	117,8	475,6	7,11	162,7	436,85	7,22	0,38	27,55	



Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.04.2021г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белок, г		Жир, г		Углекисл., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жир.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мкг	В1, мкг	С, мкг	
Завтрак [430]																	
Каша манная молочная жидкая №190, сб.шк. 2014 г.	160	6,12	3,76	8,31	0,23	25,89	202,56	158,3	21,49	129,4	0,38	64,98	71,65	0,53	0,07	0,68	
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	28,48	213,73	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Кофейный напиток на молоке №286, сб.шк.2014г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3	
Итого за прием		13,71	6,71	20,48	0,82	69,04	515,48	293,3	54,89	272,4	1,7	152,8	169,95	1,51	0,21	1,98	
Обед [1100]																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15, сб.2014 г.	80	0,62	0,00	3,76	4,27	2,55	46,94	16,86	9,94	18,25	0,46	0	72,66	2,21	0,02	5,2	
Рассольник ленинградский №54, сб.2014г.	250/10	2,17	0,02	3,25	0,39	15,42	101,34	15,47	22,49	63	0,85	14,16	229,12	0,24	0,08	6,7	
Котлеты № 98, сб. шк. 2014 г.	100	14,46	13,87	11,90	6,30	13,84	221,50	32,06	22,81	126,1	1	2,59	7,92	3,05	0,05	0,05	
Капуста тушеная №140, сб. шк. 2014 г.	180	3,19	0,02	3,75	0,00	13,04	96,46	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	82,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	70	4,62	0,00	0,84	0,84	23,38	121,65	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,02	134,10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки	150	0,60	0,00	0,60	0,60	14,70	67,62	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	
Итого за прием		30,63	13,91	24,69	13,00	131,14	872,29	88,39	68,74	223,9	5,6	16,75	317,2	5,79	0,19	26,95	
Итого за день		44,34	20,62	45,17	13,82	200,18	1387,77	381,7	123,6	496,3	7,31	169,6	487,15	7,3	0,4	28,93	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)
 Медсестра  (Кузьмина О.В.)