

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



МЕНЮ на 19.04.2021г. 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. живь	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	P3,мг	T3,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак [670]																		
Каша полтавская молочная жидкая №194, сб. шк. 2014	180	2,55	2,55	6,98	0,00	8,69	106,27	104	11,8	75,13	0,11	55,32	61,05	0,14	0,03	0,46		
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		
Какао с молоком № 288, сб.шк.2014г.	200	3,48	2,90	3,86	0,36	14,92	106,03	123,4	24,2	105,7	0,66	30	33,07	0,11	0,04	1,3		
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4		
Итого за прием		11,72	5,49	19,71	1,15	72,30	511,71	256,1	63,41	247,9	4,76	143,1	159,42	1,32	0,19	5,76		
Обед [865]																		
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,36	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6		
Щи из свежей капусты с картофелем №53, сб.2014 г.	200/10	1,60	0,21	4,31	0,16	7,04	73,82	32,5	15,88	37,91	0,58	30,88	195,62	0,18	0,04	9,61		
Котлеты или биточки рыбные с соусом №83, сб.2014 г.	90/40	14,67	12,87	12,35	7,50	16,37	236,75	41,65	27,05	146,3	0,85	22,49	56,35	4,52	0,13	1,38		
Макаронные изделия отварные №211, сб.шк.2014 г.	150	6,54	0,03	4,35	0,82	40,00	228,93	11,06	8,77	48,51	0,89	17,7	32,65	1	0,08	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	141,42	28	37,6	126,4	3,12	0	0,8	1,12	0,14	0		
Итого за прием		28,56	13,10	22,04	9,49	101,60	727,21	127,3	97,7	384,4	5,82	71,07	291,42	6,87	0,41	16,99		
Полдник [370]																		
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		
мармелад	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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		6,34	6,11	7,09	0,60	23,71	183,88	246,5	39,16	181,5	3,48	37,93	77,03	0,51	0,11	16,1		
Ужин [570]																		
помидоры свежие порц.	50	0,55	0,00	0,10	0,10	1,90	11,57	7	10	13	0,45	0	66,5	0,35	0,03	12,5		
Суфле из говядины с рисом №111, сб.2014 г.	100	18,48	18,04	23,91	0,06	4,74	308,48	14,65	20,77	161,9	2,49	101,2	111,57	0,63	0,04	0		
Картофель тушеный №139, сб. шк. 2014 г.	150	3,12	0,06	9,22	0,57	22,36	186,95	23,34	34,98	87,82	1,35	42,48	392,96	0,39	0,13	12,11		
Хлеб пшеничный	70	4,63	0,00	0,41	0,41	34,44	163,88	9,1	6,57	30,49	0,59	0	0	0,77	0,06	0		
Чай №282 сб.шк. 2014 г.	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,01	0,52	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за прием		26,85	18,10	33,65	1,17	63,46	671,39	54,09	72,31	293,2	4,89	143,7	571,03	2,14	0,26	24,61		
Перед сном [150]																		
раженка №279 сб.шк. 2014г.	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		
Итого за прием		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		
Итого за день		77,75	47,07	87,19	12,41	266,95	2179,89	860,4	293,2	1247	19,1	425,2	1131,9	10,84	1,01	64,48		

Зав.производством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 19.04.2021г. интернат с 12 лет и старше

	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углероды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жир.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	E3, мкг	E2, мкг	B1, мкг	C, мкг	
Завтрак [690]																	
Каша полтавская молочная жидкая №194, сб. шк. 2014 г.	200	2,83	2,83	7,75	0,00	9,66	118,08	115,5	13,11	83,48	0,12	61,47	67,83	0,15	0,03	0,51	
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	
Какао с молоком № 288, сб.шк.2014г.	200	3,48	2,90	3,86	0,36	14,92	106,03	123,4	24,2	105,7	0,66	30	33,07	0,11	0,04	1,3	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Итого за прием		12,01	5,78	20,49	1,15	73,26	523,52	267,6	64,72	256,2	4,77	149,3	166,21	1,34	0,19	5,81	
Обед [970]																	
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,36	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6	
Щи из свежей капусты с картофелем №53, сб.2014 г.	250/10	1,98	0,25	6,07	4,11	8,77	98,22	40,16	19,86	46,76	0,72	15	218,4	1,94	0,06	12,01	
Котлеты или биточки рыбные с соусом №83, сб.2014 г.	120/50	19,63	17,22	16,54	10,04	21,91	316,88	55,74	36,21	195,9	1,14	30,1	75,43	6,04	0,17	1,84	
Макаронные изделия отварные №211, сб.шк.2014 г.	160	5,65	0,02	3,76	0,71	34,59	198,00	9,57	7,58	41,96	0,77	15,31	28,24	0,86	0,07	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	212,14	42	56,4	189,6	4,68	0	1,2	1,68	0,22	0	
Итого за прием		35,66	17,49	27,87	16,36	116,83	871,52	161,6	128,5	499,4	7,69	60,41	329,27	10,58	0,53	19,85	
Полдник [370]																	
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	
мармелад	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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		6,34	6,11	7,09	0,60	23,71	183,88	246,5	39,16	181,5	3,48	37,93	77,03	0,51	0,11	16,1	
Ужин [610]																	
помидоры свежие порц.	50	0,55	0,00	0,10	0,10	1,90	11,57	7	10	13	0,45	0	66,5	0,35	0,03	12,5	
Суфле из говядины с рисом №111, сб.2014 г.	110	20,33	19,84	26,30	0,07	5,22	339,33	16,12	22,84	178,1	2,74	111,3	122,72	0,69	0,05	0	
Картофель тушеный №139, сб. шк. 2014 г.	150	3,12	0,06	9,22	0,57	22,36	186,95	23,34	34,98	87,82	1,35	42,48	392,96	0,39	0,13	12,11	
Хлеб пшеничный	100	6,61	0,00	0,58	0,58	49,20	234,11	13	9,38	43,55	0,85	0	0	1,1	0,09	0	
Чай №282 сб.шк. 2014 г.	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,01	0,52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за прием		30,69	19,90	36,22	1,35	78,70	772,47	59,45	77,2	322,5	5,39	153,8	582,18	2,53	0,29	24,61	
Перед сном [180]																	
ряженка №279 сб.шк. 2014г.	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	
Итого за прием		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	
Итого за день		89,81	54,39	97,31	19,45	299,55	2454,23	946,8	334,2	1427	21,5	436,7	1194,29	14,96	1,17	67,61	

Запроизводством:

Шиф

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

А

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



МЕНЮ на 19.04.2021г. 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. жир.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	ΓЭ, мкг	ΓЭ, мкг	B1, мкг	C, мкг		
Завтрак [430]																		
Каша полтавская молочная жидкая №194, сб. шк. 2014 г.	170	2,40	2,40	6,59	0,00	8,21	100,37	98,21	11,15	70,96	0,1	52,25	57,66	0,13	0,03	0,44		
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		
Какао с молоком № 288, сб.шк.2014г.	200	3,48	2,90	3,86	0,36	14,92	106,03	123,4	24,2	105,7	0,66	30	33,07	0,11	0,04	1,3		
Итого за прием		10,58	5,35	19,12	0,95	51,61	420,13	236,3	54,75	229,7	1,96	140,1	156,03	1,12	0,16	1,74		
Обед [988]																		
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,36	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6		
Щи из свежей капусты с картофелем №53, сб.2014 г.	200/10	1,60	0,21	4,31	0,16	7,04	73,82	32,5	15,88	37,91	0,58	30,88	195,62	0,18	0,04	9,61		
Котлеты или биточки рыбные с соусом №83, сб.2014 г.	90/40	14,67	12,87	12,35	7,50	16,37	236,75	41,65	27,05	146,3	0,85	22,49	56,35	4,52	0,13	1,38		
Макаронные изделия отварные №211, сб.шк.2014 г.	150	5,30	0,02	3,53	0,66	32,43	185,62	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0		
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4		
Хлеб ржаной	48	3,17	0,00	0,58	0,58	16,03	84,85	16,8	22,56	75,84	1,87	0	0,48	0,67	0,09	0		
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,00	0,23	0,23	19,68	93,65	5,2	3,75	17,42	0,34	0	0	0,44	0,03	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		29,46	13,10	21,86	9,99	127,95	836,35	156,9	106,3	372,5	10,8	67,72	292,42	7,17	0,44	35,99		
Итого за день		40,04	18,45	40,99	10,94	179,56	1256,48	393,2	161	602,2	12,8	207,8	448,45	8,29	0,61	37,72		

Завпроизводством: Тал (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 19.04.2021г. школа с 12 лет и старше

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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	Р3,мг	T3,мг	B1,мг	Смг		
Завтрак [440]																		
Каша полтавская молочная жидкая №194, сб. шк. 2014 г.	170	2,40	2,40	6,59	0,00	8,21	100,37	98,21	11,15	70,96	0,1	52,25	57,66	0,13	0,03	0,44		
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		
Какао с молоком № 288, сб.шк.2014г.	200	3,48	2,90	3,86	0,36	14,92	106,03	123,4	24,2	105,7	0,66	30	33,07	0,11	0,04	1,3		
Итого за прием		10,58	5,35	19,12	0,95	51,61	420,13	236,3	54,75	229,7	1,96	140,1	156,03	1,12	0,16	1,74		
Обед [1145]																		
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,36	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6		
Щи из свежей капусты с картофелем №53, сб.2014 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	8,80	92,28	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01		
Котлеты или биточки рыбные с соусом №83, сб.2014 г.	120/50	19,63	17,22	16,54	10,04	21,91	316,88	55,74	36,21	195,9	1,14	30,1	75,43	6,04	0,17	1,84		
Макаронные изделия отварные №211, сб.шк.2014 г.	175	6,18	0,02	4,12	0,77	37,83	216,56	10,46	8,3	45,89	0,84	16,74	30,89	0,94	0,07	0		
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4		
Хлеб ржаной	70	4,62	0,00	0,84	0,84	23,38	123,75	24,5	32,9	110,6	2,73	0	0,7	0,98	0,13	0		
Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,35	0,35	29,52	140,47	7,8	5,63	26,13	0,51	0	0	0,66	0,05	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		38,48	17,51	28,09	13,06	157,84	1051,59	190,9	132,8	481,6	12,4	85,45	365,03	9,41	0,56	38,85		
Итого за день		49,06	22,87	47,21	14,00	209,46	1471,72	427,2	187,5	711,3	14,4	225,5	521,06	10,52	0,73	40,59		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)