

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



МЕНЮ на 23.04.2021г. интернат 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак [704,3]																
Каша пшеничная молочная жидкая №193, сб. шк. 2014 г.	200	7,20	2,81	8,99	0,00	33,85	245,52	0	0	0	0	0	0	0	0	0
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
яйцо отварное	52	6,60	6,60	5,98	0,00	0,36	81,62	28,6	6,24	99,84	1,3	130	135,2	0,31	0,04	0
Кофейный напиток на молоке №286, сб.шк.2014г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	105,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Сок	192,3	0,96	0,00	0,19	0,19	19,42	79,50	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		22,50	12,51	27,34	0,78	98,50	726,32	43,3	25,64	152,9	2,5	187,8	200,5	1,19	0,13	0
Обед [816]																
Салат "Мазайка" №36, сб.2014 г.	80	1,26	0,00	6,02	6,85	7,32	88,94	13,37	14,33	29,32	0,43	0	520,82	3,07	0,03	1,73
Суп картофельный с лапшой домашней №60, сб.2014 г.	200	2,28	0,26	1,88	0,36	14,29	84,55	12,03	16,75	46,35	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Котлеты рубленные из птицы №129, сб. 2014 г.	100/6	14,98	12,60	20,64	0,29	15,65	309,80	21,25	19,84	139,4	1,61	92,13	117,57	0,86	0,07	0,39
Морковь, тушенная с рисом № 144 сб. шк. 2014г	150	2,62	0,05	7,24	0,32	24,52	174,38	22,18	37,41	71,94	0,73	33,93	1694,24	0,52	0,05	1,63
Компот из изюма №292, сб.шк.2014г.	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,50	124,90	0,58	0	0	0,06	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		26,78	12,92	36,73	8,79	121,00	921,60	69,41	88,33	287	3,51	134,7	2512,17	4,7	0,21	9,03
Полдник [495]																
Сырники из творога №225, сб.шк. 2014г.	180/15	32,28	29,78	20,85	0,30	44,83	497,85	288,4	42,37	363,1	1,08	131,9	151,86	0,82	0,1	0,53
Йогурт №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
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		37,14	34,04	26,15	0,90	65,41	651,17	488,8	76,45	519,3	4,52	161,3	192,36	1,12	0,19	16,56
Ужин [510]																
Рыба запеченная в омете №81, сб.2014 г.	80/30	21,11	20,72	11,71	0,05	3,24	202,92	42,31	23,69	177,5	1,16	113,3	125,7	1,61	0,15	0,95
Свекла тушенная № 146, сб. шк. 2014 г.	150	2,32	0,03	3,88	0,15	15,25	102,98	52,9	31,1	62,86	2	26,65	37,13	0,22	0,02	5
Хлеб пшеничный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	16,70	86,89	0	0	0	0	0	0	0	0	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		26,80	20,74	16,21	0,82	35,21	393,31	95,21	54,79	240,4	3,16	140	162,83	1,83	0,17	5,95
Итого за день		113,22	80,21	106,43	11,29	320,12	2692,40	696,7	245,2	1200	13,7	623,8	3067,86	8,84	0,7	31,54

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.04.2021г. 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. яиц	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
																	Ca
Завтрак [754,3]																	
Каша пшеничная молочная жидкая №193, сб. шк. 2014 г.	200	7,20	2,81	8,99	0,00	33,85	245,52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
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	0
яйцо отварное	52	6,60	6,60	5,98	0,00	0,36	81,62	28,6	6,24	99,84	1,3	130	135,2	0,31	0,04	0	0
Кофейный напиток на молоке №286, сб.шк.2014г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	105,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Сок	192,3	0,96	0,00	0,19	0,19	19,42	79,50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		22,50	12,51	27,34	0,78	98,50	726,32	43,3	25,64	152,9	2,5	187,8	200,5	1,19	0,13	0	0
Обед [1020]																	
Салат "Мазайка" №36, сб.2014 г.	100	1,58	0,00	7,52	8,57	9,15	111,18	16,72	17,92	36,65	0,53	0	651,03	3,84	0,04	2,16	0
Суп картофельный с лапшой домашней №60, сб.2014 г.	250	2,85	0,33	2,35	0,45	17,87	105,68	15,04	20,93	57,93	0,86	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6	0
Котлеты рубленные из птицы №129, сб. 2014 г.	120	16,96	14,27	23,36	0,33	17,72	350,72	24,05	22,46	157,8	1,82	104,3	133,1	0,97	0,08	0,44	0
Морковь, тушенная с рисом № 144 сб. шк. 2014г	180	3,15	0,06	8,69	0,39	29,43	209,26	26,62	44,89	86,33	0,88	40,71	2033,09	0,62	0,06	1,96	0
Компот из изюма №292, сб.шк.2014г.	250	0,44	0,00	0,00	0,00	40,62	156,12	0,73	0	0	0,07	0	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	0
Итого за прием		32,89	14,66	43,36	11,18	154,86	1141,50	83,15	106,2	338,7	4,17	155,8	3041,64	5,75	0,25	11,16	0
Полдник [550]																	
Сырники из творога №225, сб.шк. 2014г.	200/20	35,59	32,83	22,98	0,33	49,42	548,92	318	46,72	400,4	1,19	145,4	167,43	0,9	0,11	0,59	0
Йогурт №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	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	0
Итого за прием		41,30	37,95	29,23	0,93	71,18	719,38	553,6	84,91	584,4	4,66	180,7	214,53	1,2	0,2	16,82	0
Ужин [590]																	
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2014 г.	100/40	23,33	22,83	9,03	0,06	4,12	191,25	59,4	31,79	243,5	1,42	128	137,99	1,44	0,11	1,4	0
Свекла тушенная № 146, сб. шк. 2014 г.	180	2,78	0,03	4,66	0,18	18,30	123,58	63,48	37,32	75,44	2,4	31,98	44,56	0,27	0,03	6	0
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	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	0
Итого за прием		30,81	22,86	14,12	0,67	56,88	479,23	132	75,68	349,4	4,41	160	182,55	2,48	0,2	7,41	0
Итого за день		127,51	87,98	114,04	13,56	381,42	3066,43	812,1	292,4	1425	15,7	684,3	3639,22	10,62	0,79	35,39	0

За производство:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 23.04.2021г. 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,мг	РЭ,мг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак [605]																	
Сырники из творога №225, сб.шк. 2014г.	180/15	32,28	29,78	20,85	0,30	44,83	497,85	288,4	42,37	363,1	1,08	131,9	151,86	0,82	0,1	0,53	
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	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	105,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Йогурт №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		44,28	37,13	37,72	0,89	95,57	903,24	479,5	82,35	555,8	2,42	219,1	250,16	1,7	0,23	1,56	
Обед [974]																	
Салат "Мазайка" №36, сб.2014 г.	80	1,26	0,00	6,02	6,85	7,32	88,94	13,37	14,33	29,32	0,43	0	520,82	3,07	0,03	1,73	
Суп картофельный с лапшой домашней №60, сб.2014 г.	200	2,28	0,26	1,88	0,36	14,29	84,55	12,03	16,75	46,35	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28	
Котлеты рубленные из птицы №129, сб. 2014 г.	100/6	14,98	12,60	20,64	0,29	15,65	309,80	21,25	19,84	139,4	1,61	92,13	117,57	0,86	0,07	0,39	
Морковь, тушенная с рисом № 144 сб. шк. 2014г	150	2,62	0,05	7,24	0,32	24,52	174,38	22,18	37,41	71,94	0,73	33,93	1694,24	0,52	0,05	1,63	
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	0,23	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		28,56	12,92	37,38	9,44	132,39	985,04	98,03	105,6	320,9	7,09	134,7	2519,67	5,44	0,29	24,03	
Итого за день		72,83	50,05	75,11	10,33	227,97	1888,28	577,5	187,9	876,7	9,51	353,8	2769,83	7,14	0,52	25,59	

Завпроизводством: Таб (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 23.04.2021г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	Р,мг	Т,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак [670]																
Сырники из творога №225, сб.шк. 2014г.	200/20	35,59	32,83	22,98	0,33	49,42	548,92	318	46,72	400,4	1,19	145,4	167,43	0,9	0,11	0,59
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	60/10	5,48	0,06	10,12	0,69	33,23	249,35	17,15	22,64	61,85	1,39	67,46	76,18	1,03	0,11	0
Кофейный напиток на молоке №286,сб.шк.2014г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	105,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Йогурт №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		49,22	41,05	42,25	1,02	106,09	1007,06	546,8	94,05	629,8	2,76	248,2	283,21	1,93	0,27	1,82
Обед [1130]																
Салат "Мазайка" №36, сб.2014 г.	100	1,58	0,00	7,52	8,57	9,15	111,18	16,72	17,92	36,65	0,53	0	651,03	3,84	0,04	2,16
Суп картофельный с лапшой домашней №60, сб.2014 г.	250	2,85	0,33	2,35	0,45	17,87	105,68	15,04	20,93	57,93	0,86	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Котлеты рубленные из птицы №129, сб. 2014 г	120	16,96	14,27	23,36	0,33	17,72	350,72	24,05	22,46	157,8	1,82	104,3	133,1	0,97	0,08	0,44
Морковь, тушеная с рисом № 144 сб. шк. 2014г	180	3,15	0,06	8,69	0,39	29,43	209,26	26,62	44,89	86,33	0,88	40,71	2033,09	0,62	0,06	1,96
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	0,35	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		34,72	14,66	43,91	11,73	161,96	1189,26	114,2	125,3	381,4	7,9	155,8	3049,14	6,71	0,35	26,16
Итого за день		83,94	55,70	86,16	12,75	268,05	2196,32	661	219,4	1011	10,7	403,9	3332,36	8,63	0,62	27,98

Завпроизводством: Тар (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)