

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



МЕНЮ на 29.04.2021г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины							
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	P3, мкг	T3, мкг	B1, мкг	C, мг			
Завтрак																			
Каша гречневая молочная вязкая, №182 сб. шк. 2014г	150	6,52	2,01	6,86	1,18	27,09	204,55	89,22	78,64	160,5	2,46	44,94	50,32	0,4	0,16	0,36			
Хлеб "Вкус Здоровья" с сыром	80/25	10,07	4,58	4,47	0,58	38,64	245,63	142	25,06	127	1,34	33,6	47,6	1,12	0,1	0,14			
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	0	0
Сок	196,4	0,98	0,00	0,20	0,20	19,84	81,98	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		20,62	9,63	15,02	1,96	101,95	638,11	231,2	103,7	287,5	3,8	78,54	97,92	1,52	0,26	0,5			
Обед																			
Салат "Махайка" №36, сб.2014 г.	80	1,26	0,00	6,02	6,85	7,32	91,06	13,37	14,33	29,32	0,43	0	520,82	3,07	0,03	1,73			
Свекольник №68, сб.2014 г.	250/10	2,23	0,02	3,15	0,28	14,71	101,16	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97			
Запеканка капустная с мясом №114, сб.2014 г.	230	22,31	17,38	18,88	0,44	24,95	369,97	162,7	61,01	250,5	2,55	68	130,28	0,74	0,13	42,94			
Компот из изюма №292, сб.шк.2014г.	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,50	126,08	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	152,30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		31,43	17,40	29,00	8,53	106,19	840,57	210	103	340,3	4,43	82,16	884,01	4,05	0,21	49,63			
Полдник																			
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	0	0	0
Яблоки	150	0,60	0,00	0,60	0,60	14,70	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15			
Итого за 'Полдник'		6,34	6,11	7,09	0,60	23,71	189,28	246,5	39,16	181,5	3,48	37,93	77,03	0,51	0,11	16,1			
Ужин																			
Салат из свежих помидоров и огурцов №15, сб.2016 г.	80	0,92	0,00	4,01	4,01	3,57	56,81	42,8	20,61	27,31	0,69	0	184,9	2,37	0,03	27,64			
Плов с изюмом №205, сб.шк. 2014 г.	200	4,63	0,00	17,86	20,30	51,54	393,34	20,43	40,05	101,6	0,89	0	864	9,1	0,06	1,81			
Хлеб пшеничный	50	3,31	0,00	0,33	0,33	23,35	111,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Чай с лимоном и сахаром №284, сб.шк. 2014 г.	200	0,13	0,00	0,02	0,00	9,29	37,58	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12			
Итого за 'Ужин'		8,99	0,00	22,23	24,64	87,75	599,68	65,96	61,39	130,3	1,64	0	1049,04	11,49	0,09	30,57			
Второй ужин																			
ряженка №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 'Второй ужин'		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		71,65	37,40	78,05	35,73	325,49	2353,34	930	327,8	1079	13,5	228	2141,01	17,57	0,71	97,83			

Зав.производством: (Хурматуллина Р.М.) Медсестра (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 29.04.2021г. 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. яиц	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мг	ГЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша гречневая молочная вязкая, №182 сб. шк. 2014г	180	7,82	2,41	8,23	1,42	32,51	245,46	107,1	94,37	192,6	2,95	53,92	60,38	0,48	0,19	0,44
Хлеб "Вкус здоровья" с сыром № 2, сб.2014г.	60/25	14,16	7,45	8,38	0,00	41,02	307,77	302,7	43,6	243,8	1,9	59,45	68,76	1,24	0,14	0,2
Кофейный напиток на молоке №286, сб. шк. 2014г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	106,25	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3
ряженка №280 сб. 2016г.	180	0,07	0,07	0,08	0,00	0,10	1,31	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак '		25,08	12,97	20,19	1,42	90,01	660,79	530	152	526,3	4,98	143,4	162,14	1,83	0,37	1,94
Обед																
Салат "Мазайка" №36, сб.2014 г.	80	1,26	0,00	6,02	6,85	7,32	91,06	13,37	14,33	29,32	0,43	0	520,82	3,07	0,03	1,73
Свекольник №68, сб.2014 г.	250/10	2,23	0,02	3,15	0,28	14,71	101,16	33,35	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97
Запеканка капустная с мясом №114, сб.2014 г.	230	22,31	17,38	18,88	0,44	24,95	369,97	162,7	61,01	250,5	2,55	68	130,28	0,74	0,13	42,94
Компот из изюма №292, сб.шк.2014г.	250	0,44	0,00	0,00	0,00	40,62	157,60	0,73	0	0	0,07	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной	70	4,62	0,00	0,84	0,84	23,38	133,27	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный	60	4,74	0,00	0,60	0,00	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0
Итого за 'Обед '		35,60	17,40	29,48	8,41	139,96	1000,35	223,9	122,8	392,5	5,64	82,16	884,01	4,83	0,3	49,63
Итого за день		60,68	30,37	49,67	9,83	229,97	1661,14	753,9	274,7	918,8	10,6	225,5	1046,15	6,65	0,68	51,57

Заготовлено: _____ (Хурматуллина Р.М.)
Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 29.04.2021г. 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	P3, мкг	T3, мкг	B1, мкг	C, мг		
Завтрак																		
Каша гречневая молочная вязкая, №182 сб. шк. 2014г	180	7,82	2,41	8,23	1,42	32,51	245,46	107,1	94,37	192,6	2,95	53,92	60,38	0,48	0,19	0,44		
Хлеб "Вкус здоровья" с сыром № 2, сб.2014г.	50/20	14,16	7,45	8,38	0,00	41,02	307,77	302,7	43,6	243,8	1,9	59,45	68,76	1,24	0,14	0,2		
Кофейный напиток на молоке №286, сб.шк.2014г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	106,25	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3		
ряженка №280 сб. 2016г.	150	0,05	0,05	0,06	0,00	0,08	1,09	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Завтрак '		25,07	12,96	20,18	1,42	90,00	660,57	530	152	526,3	4,98	143,4	162,14	1,83	0,37	1,94		
Обед																		
Салат "Мазайка" №36, сб.2014 г.	60	0,95	0,00	4,51	5,14	5,49	68,29	10,03	10,75	21,99	0,32	0	390,62	2,3	0,02	1,29		
Свекольник №68, сб.2014 г.	250/10	2,23	0,02	3,15	0,28	14,71	101,16	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97		
Запеканка капустная с мясом №114, сб.2014 г.	230	22,31	17,38	18,88	0,44	24,95	369,97	162,7	61,01	250,5	2,55	68	130,28	0,74	0,13	42,94		
Компот из изюма №292, сб.шк.2014г.	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,50	126,08	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0		
Хлеб ржаной	48	3,17	0,00	0,58	0,58	16,03	91,38	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20	9,2	13,2	34,8	0,8	0	0	0,52	0,06	0		
Итого за 'Обед '		32,16	17,40	27,52	6,44	112,99	855,09	215,9	112,6	367,7	5,12	82,16	753,81	3,8	0,27	49,2		
Итого за день		57,24	30,36	47,69	7,85	202,99	1515,66	745,9	264,6	894,1	10,1	225,5	915,95	5,63	0,64	51,14		

Заготовлено: Саб (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Н (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 29.04.2021г. 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. жир	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша гречневая молочная вязкая, №182 сб. шк. 2014г	180	7,82	2,41	8,23	1,42	32,51	245,46	107,1	94,37	192,6	2,95	53,92	60,38	0,48	0,19	0,44	
Хлеб "Вкус здоровья" с сыром № 2, сб.2014г.	100/30	14,16	7,45	8,38	0,00	41,02	307,77	302,7	43,6	243,8	1,9	59,45	68,76	1,24	0,14	0,2	
Кофейный напиток на молоке №286, сб.шк.2014г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	106,25	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3	
Сок	196,4	0,98	0,00	0,20	0,20	19,84	81,98	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за "Завтрак"		26,00	12,90	20,31	1,61	109,75	741,46	530	152	526,3	4,98	143,4	162,14	1,83	0,37	1,94	
Обед																	
Салат "Мазайка" №36, сб.2014 г.	80	1,26	0,00	6,02	6,85	7,32	91,06	13,37	14,33	29,32	0,43	0	520,82	3,07	0,03	1,73	
Свекольник №68, сб.2014 г.	250/10	2,23	0,02	3,15	0,28	14,71	101,16	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
Запеканка капустная с мясом №114, сб.2014 г.	230	22,31	17,38	18,88	0,44	24,95	369,97	162,7	61,01	250,5	2,55	68	130,28	0,74	0,13	42,94	
Компот из изюма №292, сб.шк.2014г.	250	0,44	0,00	0,00	0,00	40,62	157,60	0,73	0	0	0,07	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	120	7,92	0,00	1,44	1,44	40,08	228,46	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за "Обед"		34,16	17,40	29,48	9,01	127,68	948,24	210,1	103	340,3	4,44	82,16	884,01	4,05	0,21	49,63	
Полдник																	
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	30	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	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	
Итого за "Полдник"		6,34	6,11	7,09	0,60	23,71	189,28	246,5	39,16	181,5	3,48	37,93	77,03	0,51	0,11	16,1	
Ужин																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15, сб.2016 г.	80	0,70	0,00	3,79	0,04	2,76	50,01	25,2	13,46	22,79	0,5	0	106,02	0,39	0,02	7,38	
Плов с изюмом №205, сб.шк. 2014 г.	200	4,63	0,00	17,86	20,30	51,54	393,34	20,43	40,05	101,6	0,89	0	864	9,1	0,06	1,81	
Хлеб пшеничный	90	5,95	0,00	0,59	0,59	42,03	201,51	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Чай с лимоном и сахаром №284, сб.шк. 2014 г.	200	0,13	0,00	0,02	0,00	9,29	37,58	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
Итого за "Ужин"		11,42	0,00	22,27	20,93	105,62	682,44	48,37	54,24	125,7	1,45	0	970,16	9,5	0,08	10,31	
Второй ужин																	
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 "Второй ужин"		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		83,04	41,53	84,79	32,15	373,82	2664,26	1247	373	1341	14,5	298,7	2132,95	15,89	0,82	79,21	

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)