


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



МЕНЮ на 30.04.2021г. интернат 7-11 лет

	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	P,мкг	T,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Омлет с зеленым горошком №153 сб.2010г.	140	11,77	11,88	18,22	0,00	3,24	225,61	79,55	15,98	163,2	1,96	175,9	334,95	0,74	0,06	0,52		
Хлеб "Вкус Здоровья"	80	5,50	0,00	0,58	0,58	38,64	191,17	11,96	17,69	46,63	1,23	0	0	1,04	0,1	0		
Какао с молоком № 288, сб.шк.2014г.	200	6,38	5,80	7,06	0,00	19,62	166,28	243,4	38,2	195,7	0,76	50	55,07	0,11	0,08	2,6		
Сок	192,3	0,96	0,00	0,19	0,19	19,42	80,27	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Завтрак'		24,61	17,68	26,06	0,78	80,93	663,32	334,9	71,87	405,6	3,95	225,9	390,02	1,89	0,24	3,12		
Обед																		
Маринад овощной без томата №51, сб.2016 г.	80	0,94	0,00	7,11	0,00	7,87	102,18	19,1	22,62	37,89	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76		
Суп картофельный с клецками №62, сб.2014 г.	250	1,67	0,13	2,47	0,28	11,00	76,38	10,79	15,11	39,61	0,58	11,76	223,16	0,2	0,06	4,6		
Котлеты № 98, сб. шк. 2014 г.	100	14,42	13,87	11,87	6,27	13,97	223,02	31,64	20,22	123,1	0,87	2,59	7,92	3,01	0,05	0,05		
Пюре гороховое №167, сб.шк. 2014г.	170	16,64	0,02	5,41	1,62	39,04	291,80	92,81	84,07	253,9	5,46	27,11	31,66	0,62	0,57	0		
Компот из апельсинов №204 сб.2010г.	200	0,44	0,00	0,10	0,00	18,64	77,52	16,93	6,18	10,7	0,19	0	4	0,1	0,02	12		
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	152,30	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Обед'		39,38	14,02	27,92	9,12	117,25	923,20	171,3	148,2	465,2	7,59	41,46	1546,74	7,74	0,72	18,41		
Полдник																		
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		
Фрукты свежие яблоки	160	0,58	0,00	0,58	0,00	14,25	70,81	23,27	13,09	16	3,2	0	7,27	0,29	0,04	14,55		
Итого за 'Полдник'		4,84	4,26	5,29	0,00	20,13	156,51	199,7	33,67	155,7	3,35	29,4	40,27	0,29	0,09	15,57		
Ужин																		
огурцы свежие порц.	45	0,36	0,00	0,05	0,05	1,13	7,17	10,35	6,3	18,9	0,27	0	4,5	0,05	0,01	4,5		
Макаронны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	130	6,01	3,03	7,50	0,00	19,48	172,86	40,88	8,88	72,12	0,85	59,39	22,94	0,04	0,04	0,12		
Хлеб пшеничный с маслом	70/10	4,67	0,04	6,43	0,41	34,52	222,20	9,88	6,57	31,76	0,61	47,2	65,3	0,87	0,06	0		
сыр порциями	25	6,44	6,44	6,52	0,00	0,00	85,90	245	13,48	147	0,17	51,45	59,5	0,1	0,01	0,17		
Чай с лимоном и сахаром №286, сб. 2016 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'		17,62	9,51	20,51	0,45	64,42	525,71	308,8	35,95	271,1	1,96	158	152,38	1,06	0,13	5,91		
Итого за день		86,46	45,47	79,78	10,35	282,73	2268,74	1015	289,7	1298	16,9	454,8	2129,41	10,98	1,18	43,02		

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 30.04.2021г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЭ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. живот.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мкг	В1, мкг	С, мкг	
Завтрак																	
Омлет с зеленым горошком №153 сб.2010г. (140)	140	11,77	11,88	18,22	0,00	3,24	225,61	79,55	15,98	163,2	1,96	175,9	334,95	0,74	0,06	0,44	
Хлеб "Вкус Здоровья"	100	6,87	0,00	0,73	0,73	48,30	238,96	14,95	22,11	58,29	1,54	0	0	1,3	0,12	0,2	
Какао с молоком № 288, сб.шк.2014г.	200	6,38	5,80	7,06	0,00	19,62	166,28	243,4	38,2	195,7	0,76	50	55,07	0,11	0,08	1,3	
Сок	192,3	0,96	0,00	0,19	0,19	19,42	80,27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		25,99	17,68	26,21	0,92	90,59	711,12	337,9	76,29	417,2	4,25	225,9	390,02	2,15	0,27	1,94	
Обед																	
Маринад овощной без томата №51, сб.2016 г.	100	1,18	0,00	8,89	0,00	9,84	127,72	23,87	28,28	47,36	0,6	0	1600	4,75	0,04	1,73	
Суп картофельный с клецками №62, сб.2014 г.	250	1,67	0,13	2,47	0,28	11,00	76,38	10,79	15,11	39,61	0,58	11,76	223,16	0,2	0,06	4,97	
Котлеты № 98, сб. шк. 2014 г.	100	14,42	13,87	11,87	6,27	13,97	223,02	31,64	20,22	123,1	0,87	2,59	7,92	3,01	0,05	42,94	
Пюре гороховое №167, сб.шк. 2014г.	190	18,60	0,03	6,05	1,81	43,63	326,13	101,7	93,96	283,8	6,11	30,3	35,38	0,7	0,64	0	
Компот из апельсинов №204 сб.2010г.	200	0,44	0,00	0,10	0,00	18,64	77,52	16,93	6,18	10,7	0,19	0	4	0,1	0,02	0	
Хлеб ржаной	120	7,92	0,00	1,44	1,44	40,08	228,46	0	0	0	0	0	0	0	0	49,63	
Итого за 'Обед'		44,22	14,02	30,82	9,80	137,17	1059,22	187	163,7	504,6	8,35	44,65	1870,46	8,76	0,8		
Подник																	1,1
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	0	
Фрукты свежие яблоки	160	0,58	0,00	0,58	0,00	14,25	70,81	23,27	13,09	16	3,2	0	7,27	0,29	0,04	15	
Итого за 'Подник'		5,70	5,12	6,23	0,00	21,31	173,65	235	37,79	183,6	3,38	35,28	46,87	0,29	0,1	16,1	
Ужин																	
огурцы свежие порц.	45	0,36	0,00	0,05	0,05	1,13	7,17	10,35	6,3	18,9	0,27	0	4,5	0,05	0,01	7,38	
Макаронь, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	180	8,33	4,19	10,38	0,00	26,98	239,35	56,61	12,3	99,85	1,18	82,23	31,77	0,05	0,06	1,81	
Хлеб пшеничный с маслом	80/10	4,67	0,04	6,43	0,41	34,52	222,20	9,88	6,57	31,76	0,61	47,2	65,3	0,87	0,06	0	
сыр порциями	30	7,73	7,73	7,82	0,00	0,00	103,08	294	16,17	176,4	0,21	61,74	71,4	0,12	0,01	1,12	
Чай с лимоном и сахаром №286, сб. 2016 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	10,31	
Итого за 'Ужин'		21,22	11,97	24,70	0,45	71,91	609,37	373,6	42,07	328,3	2,33	191,2	173,11	1,1	0,14	5,99	
Итого за день		97,12	48,78	87,95	11,17	320,98	2553,36	1133	319,9	1434	18,3	497	2480,46	12,29	1,3	43,75	

Запроизводством:

Р.М.

(Хурматудлина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 30.04.2021г. школа 7-11 лет

	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,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Омлет с зеленым горошком №153 сб.2010г.	140	11,77	11,88	18,22	0,00	3,24	225,61	79,55	15,98	163,2	1,96	175,9	334,95	0,74	0,06	0,52		
Хлеб "Вкус Здоровья"	60	4,12	0,00	0,44	0,44	28,98	143,38	8,97	13,27	34,97	0,92	0	0	0,78	0,07	0		
Какао с молоком № 288, сб.шк.2014г.	200	6,38	5,80	7,06	0,00	19,62	166,28	243,4	38,2	195,7	0,76	50	55,07	0,11	0,08	2,6		
Йогурт №279 сб.шк. 2014г.	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88		
Итого за "Завтрак"		31,54	26,94	39,38	0,44	77,15	797,86	630,3	111,9	635,5	4,28	247,2	412,28	1,89	0,29	4,01		
Обед																		
Маринад овощной без томата №51, сб.2016 г.	80	0,94	0,00	7,11	0,00	7,87	102,18	19,1	22,62	37,89	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76		
Суп картофельный с клецками №62, сб.2014 г.	200	1,33	0,10	1,98	0,22	8,80	61,11	8,63	12,08	31,69	0,47	9,41	178,53	0,16	0,04	3,68		
Котлеты № 98, сб. шк. 2014 г.	100	14,42	13,87	11,87	6,27	13,97	223,02	31,64	20,22	123,1	0,87	2,59	7,92	3,01	0,05	0,05		
Пюре гороховое №167, сб.шк. 2014г.	150	14,68	0,02	4,77	1,43	34,45	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	27,93	0,55	0,5	0		
Компот из апельсинов №204 сб.2010г.	200	0,44	0,00	0,10	0,00	18,64	77,52	16,93	6,18	10,7	0,19	0	4	0,1	0,02	12		
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		
Фрукты свежие яблоки	160	0,58	0,00	0,58	0,00	14,25	70,81	23,27	13,09	16	3,2	0	7,27	0,29	0,04	14,55		
Итого за "Обед"		38,72	13,99	27,39	8,49	133,34	981,68	190,7	161,6	478,2	10,8	35,92	1505,65	8,43	0,75	32,04		
Итого за день		70,26	40,93	66,77	8,93	210,49	1779,54	821	273,5	1114	15,1	283,1	1917,93	10,32	1,04	36,04		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 30.04.2021г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- 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																		
Омлет с зеленым горошком №153 сб.2010г.(140)	140	11,77	11,88	18,22	0,00	3,24	225,61	79,55	15,98	163,2	1,96	175,9	334,95	0,74	0,06	0,52		
Хлеб "Вкус Здоровья"	60	4,12	0,00	0,44	0,44	28,98	143,38	8,97	13,27	34,97	0,92	0	0	0,78	0,07	0		
Какао с молоком № 288, сб.шк.2014г.	200	6,38	5,80	7,06	0,00	19,62	166,28	243,4	38,2	195,7	0,76	50	55,07	0,11	0,08	2,6		
Йогурт №279 сб.шк. 2014г.	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06		
Итого за 'Завтрак'		32,74	28,15	39,82	0,44	78,89	814,22	666,8	116,4	663,4	4,31	250,1	415,28	1,89	0,29	4,18		
Обед																		
Маринад овощной без томата №51, сб.2016 г.	80	0,94	0,00	7,11	0,00	7,87	102,18	19,1	22,62	37,89	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76		
Суп картофельный с клецками №62, сб.2014 г.	250	1,67	0,13	2,47	0,28	11,00	76,38	10,79	15,11	39,61	0,58	11,76	223,16	0,2	0,06	4,6		
Котлеты № 98, сб. шк. 2014 г.	100	14,42	13,87	11,87	6,27	13,97	223,02	31,64	20,22	123,1	0,87	2,59	7,92	3,01	0,05	0,05		
Пюре гороховое №167, сб.шк. 2014г.	180	17,62	0,02	5,73	1,72	41,34	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	33,52	0,66	0,6	0		
Компот из апельсинов №204 сб.2010г.	200	0,44	0,00	0,10	0,00	18,64	77,52	16,93	6,18	10,7	0,19	0	4	0,1	0,02	12		
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		
Фрукты свежие яблоки	160	0,58	0,00	0,58	0,00	14,25	70,81	23,27	13,09	16	3,2	0	7,27	0,29	0,04	14,55		
Итого за 'Обед'		45,02	14,02	29,30	9,10	159,44	1139,43	213,8	186	548,4	12,3	43,06	1555,87	8,84	0,89	32,96		
Итого за день		77,77	42,16	69,12	9,54	238,33	1953,65	880,6	302,4	1212	16,6	293,2	1971,15	10,73	1,19	37,14		

Завпроизводством: Лип (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра W (Кузьмина О.В.)