

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



МЕНЮ на 18.05.2021г. интернат 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.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ГЭ, мкг	В1, мг	С, мг		
Завтрак																		
Суп молочный с пшеном №76, сб.2014 г.	200	4,46	2,91	4,44	0,53	16,12	123,26	109,6	23,73	111	0,47	17,66	32,93	0,06	0,08	0,52		
Хлеб "Вкуе 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		
сыр порциями	20	5,15	5,15	5,21	0,00	0,00	68,72	196	10,78	117,6	0,14	41,16	47,6	0,08	0,01	0,14		
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.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	203,7	1,02	0,00	0,20	0,20	20,57	88,08	14,26	8,15	14,26	2,85	0	0	0,2	0,02	4,07		
Итого за 'Завтрак'		24,26	17,57	19,78	1,17	80,72	604,24	477,8	76,17	467,7	5,81	218,8	248,73	1,54	0,25	6,03		
Обед																		
Салат из свежих помидоров №13, сб.2016 г.	100	0,88	0,00	7,98	7,86	2,83	89,83	27,14	16,8	22,3	0,69	0	145,27	4,11	0,04	22,2		
Суп крестьянский с крупой №65, сб.2014 г	200/10	1,68	0,00	2,97	3,37	9,94	77,27	18,66	13,75	46,97	0,51	0	161,32	1,57	0,04	6,4		
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	2,76	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2		
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	150	3,05	0,68	4,76	0,51	20,04	140,54	35,6	28,4	83,2	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38		
Компот из кураги №292, сб.шк.2014г.	200	1,27	0,00	0,07	0,07	32,03	137,37	39,38	24,94	33,95	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,4		
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	154,70	28	37,6	126,4	3,12	0	0,8	1,12	0,14	0		
Итого за 'Обед'		29,15	17,09	38,67	21,66	94,33	877,39	163,1	145,2	490,4	8,8	21,29	505,22	12,79	0,41	40,57		
Полдник																		
Запеканка из творога №223, сб. шк. 2014 г.	150/20	27,63	26,02	20,29	0,17	35,56	437,98	278,5	39,15	327,7	0,84	127,5	146,69	0,67	0,08	0,56		
Напиток морковно-яблочный №298, сб.шк. 2014г.	200	0,56	0,00	0,08	0,09	12,79	54,49	11,93	14,82	21,25	0,51	0	840,6	0,19	0,02	1,32		
Итого за 'Полдник'		28,19	26,02	20,37	0,26	48,35	492,46	290,4	53,97	349	1,35	127,5	987,29	0,86	0,1	1,88		
Ужин																		
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2014 г.	80	1,04	0,00	4,63	5,26	12,60	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52		
Рыба припущенная №79, сб.2014 г.	60	10,60	10,54	0,40	0,01	0,36	47,69	13,78	16,25	93,86	0,3	5,49	55,32	0,67	0,05	0,16		
Картофель отварной с маслом № 136, сб. шк. 2014 г.	150	2,89	0,02	3,26	0,57	22,00	135,38	13,99	31,29	79,52	1,23	19,24	25,83	0,18	0,13	6,05		
Хлеб пшеничный	80	5,29	0,00	0,47	0,47	39,36	191,45	10,4	7,5	34,84	0,68	0	0	0,88	0,07	0		
Напиток апельсиновый №295, сб. шк. 2014 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,27	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6		
Итого за 'Ужин'		19,95	10,56	8,79	6,33	93,59	546,80	62,42	67,99	233,3	3,02	24,73	83,65	4,12	0,25	10,33		
Перед сном																		
Кефир №280 сб. 2016г.	150	5,49	5,49	6,27	0,00	8,04	108,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Перед сном'		5,49	5,49	6,27	0,00	8,04	108,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за день		107,04	76,72	93,88	29,42	325,03	2629,84	993,7	343,4	1540	19	392,4	1824,89	19,32	1,02	58,82		

Зав.производством:

Леп

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

К

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 18.05.2021г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭН, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жи.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с индейкой №76, сб.2014 г.	250	5,58	3,64	5,55	0,66	20,15	154,08	137	29,67	138,8	0,59	22,08	41,16	0,08	0,1	0,65	
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	
Кофейный напиток на молоке №286, сб.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	
кофир	180	1,02	0,00	0,20	0,20	20,57	88,08	14,26	8,15	14,26	2,85	0	0	0,2	0,02	4,07	
Итого за 'Завтрак '		30,71	20,87	23,79	1,59	104,07	765,00	609,2	96,34	577,5	6,62	243,8	280,76	2,12	0,33	6,23	
Обед																	
Салат из свежих помидоров №13, сб.2016 г.	100	0,88	0,00	7,98	7,86	2,83	89,83	27,14	16,8	22,3	0,69	0	145,27	4,11	0,04	22,2	
Суп крестьянский с крупой №65, сб.2014 г	250/10	2,11	0,00	3,71	4,22	12,43	96,58	23,32	17,18	58,71	0,64	0	201,65	1,96	0,04	8	
Азу №94, сб.2014 г.	65/50	18,35	17,78	23,11	8,87	2,76	293,73	14,99	25,37	191,4	2,8	0	9	4,46	0,05	1,2	
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	150	3,05	0,68	4,76	0,51	20,04	140,54	35,6	28,4	83,2	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
Компот из кураги №292, сб.шк.2014г.	250	1,59	0,00	0,09	0,09	40,04	171,72	49,23	31,17	42,43	1,04	0	182,19	1,72	0,03	0,5	
Хлеб ржаной	70	7,92	0,00	1,44	1,44	40,08	232,06	42	56,4	189,6	4,68	0	1,2	1,68	0,22	0	
Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,35	0,35	29,52	143,59	7,8	5,63	26,13	0,51	0	0	0,66	0,05	0	
Итого за 'Обед '		33,90	18,46	41,09	23,00	118,19	1024,47	192,3	175,3	587,6	10,9	21,29	582,39	14,12	0,5	42,27	

Заготовлено: Р.М. Хурматуллина (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра О.В. Кузьмина (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басв

МЕНЮ на 18.05.2021г. 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. жиь	всего	в т.ч. раст			Са	Mg	P	Fe	A,мг	P3,мг	T3,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с пшеном №76, сб.2014 г.	200	4,46	2,91	4,44	0,53	16,12	123,26	109,6	23,73	111	0,47	17,66	32,93	0,06	0,08	0,52		
Хлеб "Вкус Здоровья"	50	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		
Кофейный напиток на молоке №286, сб.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		
Кефир	150	1,02	0,00	0,20	0,20	20,57	88,08	14,26	8,15	14,26	2,85	0	0	0,2	0,02	4,07		
Итого за 'Завтрак '		24,26	17,57	19,78	1,17	80,72	604,24	477,8	76,17	467,7	5,81	218,8	248,73	1,54	0,25	6,03		
Обед																		
Салат из свежих помидоров №13, сб.2016 г.	100	0,88	0,00	7,98	7,86	2,83	89,83	27,14	16,8	22,3	0,69	0	145,27	4,11	0,04	22,2		
Суп крестьянский с крушой №65, сб.2014 г.	200/10	1,68	0,00	2,97	3,37	9,94	77,27	*18,66	13,75	46,97	0,51	0	161,32	1,57	0,04	6,4		
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	2,76	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2		
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	150	3,05	0,68	4,76	0,51	20,04	140,54	35,6	28,4	83,2	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38		
Компот из кураги №292, сб.шк.2014г.	200	1,27	0,00	0,07	0,07	32,03	137,37	39,38	24,94	33,95	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,4		
Хлеб ржаной	48	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	154,70	28	37,6	126,4	3,12	0	0,8	1,12	0,14	0		
Хлеб пшеничный	40	3,97	0,00	0,35	0,35	29,52	143,59	7,8	5,63	26,13	0,51	0	0	0,66	0,05	0		
Итого за 'Обед '		29,15	17,09	38,67	21,66	94,33	877,39	163,1	145,2	490,4	8,8	21,29	505,22	12,79	0,41	40,57		

Завпроизводством: Руб (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра W (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 18.05.2021г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ГЭ, мкг	В1, мкг	С, мкг	
Завтрак																	
Суп молочный с пшеном №76, сб.2014 г.	250	5,58	3,64	5,55	0,66	20,15	154,08	137	29,67	138,8	0,59	22,08	41,16	0,08	0,1	0,65	
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	
сыр порцирами	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	0,21	
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.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	203,7	1,02	0,00	0,20	0,20	20,57	88,08	14,26	8,15	14,26	2,85	0	0	0,2	0,02	4,07	
Итого за 'Завтрак '		30,71	20,87	23,79	1,59	104,07	765,00	609,2	96,34	577,5	6,62	243,8	280,76	2,12	0,33	6,23	
Обед																	
Салат из свежих помидоров №13, сб.2016 г.	100	0,88	0,00	7,98	7,86	2,83	89,83	27,14	16,8	22,3	0,69	0	145,27	4,11	0,04	22,2	
Суп крестьянский с крупой №65, сб.2014 г	250/10	2,11	0,00	3,71	4,22	12,43	96,58	23,32	17,18	58,71	0,64	0	201,65	1,96	0,04	8	
Азу №94, сб.2014 г.2	65/50	18,35	17,78	23,11	8,87	2,76	293,73	14,99	25,37	191,4	2,8	0	9	4,46	0,05	1,2	
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	150	3,05	0,68	4,76	0,51	20,04	140,54	35,6	28,4	83,2	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
Компот из кураги №292, сб.шк.2014г.	250	1,59	0,00	0,09	0,09	40,04	171,72	49,23	31,17	42,43	1,04	0	182,19	1,72	0,03	0,5	
Хлеб ржаной	120	7,92	0,00	1,44	1,44	40,08	232,06	42	56,4	189,6	4,68	0	1,2	1,68	0,22	0	
Итого за 'Обед '		33,90	18,46	41,09	23,00	118,19	1024,47	192,3	175,3	587,6	10,9	21,29	582,39	14,12	0,5	42,27	
Полдник																	
Запеканка из творога №223, сб. шк. 2014 г.	170/21,5	30,88	29,08	22,68	0,19	39,75	489,50	311,2	43,76	366,3	0,93	142,5	163,94	0,75	0,09	0,63	
Напиток морковно-яблочный №298, сб.шк. 2014г.	200	0,56	0,00	0,08	0,09	12,79	54,49	11,93	14,82	21,25	0,51	0	840,6	0,19	0,02	1,32	
Итого за 'Полдник '		31,44	29,08	22,76	0,28	52,53	543,99	323,2	58,58	387,5	1,45	142,5	1004,54	0,94	0,11	1,95	
Ужин																	
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2014 г.	80	1,04	0,00	4,63	5,26	12,60	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52	
Рыба припущенная №79, сб.2014 г.	120	21,20	21,08	0,80	0,01	0,72	95,37	27,57	32,49	187,7	0,6	10,98	110,64	1,35	0,1	0,33	
Картофель отварной с маслом № 136, сб. шк. 2014 г.	150	2,89	0,02	3,26	0,57	22,00	135,38	13,99	31,29	79,52	1,23	19,24	25,83	0,18	0,13	6,05	
Хлеб пшеничный	80	5,29	0,00	0,47	0,47	39,36	191,45	10,4	7,5	34,84	0,68	0	0	0,88	0,07	0	
Напиток апельсиновый №295, сб. шк. 2014 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,27	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
Итого за 'Ужин '		30,55	21,10	9,19	6,34	93,95	594,49	76,2	84,24	327,2	3,33	30,22	138,97	4,79	0,3	10,5	
Перед сном																	
Кефир №280 сб. 2016г.	180	6,59	6,59	7,53	0,00	9,64	130,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Перед сном '		6,59	6,59	7,53	0,00	9,64	130,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за день		133,18	96,09	104,35	31,22	378,39	3058,67	1201	414,5	1880	22,3	437,8	2006,67	21,97	1,24	60,94	

Запроизводством:

Кер

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кз

(Кузьмина О.В.)