

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

МЕНЮ на 21.09.2023г. 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	6,21	25,89	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81	
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Итого за 'Завтрак'		34,90	27,48	22,43	0,62	90,09	695,89	374,9	94,97	460	5,09	135,6	1774,08	1,88	0,22	5,63	
Обед																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	80	1,81	0,65	4,06	0,18	8,41	75,37	13,08	16,5	41,83	0,58	7,68	501,6	1,87	0,05	3,32	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	2,27	0,22	4,04	0,00	16,71	110,71	20,63	19,99	65,99	0,76	18,53	196,1	0,26	0,07	5,37	
Митбол № 542, сб.Онищенко Г.Г.	100	14,24	13,35	8,72	3,35	15,13	195,18	13,15	24,04	118,3	1,18	0	0	1,77	0,05	0,28	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0	
Итого за 'Обед'		22,49	14,22	21,84	3,77	80,00	588,86	133,5	96,8	301,6	4,82	26,21	774,6	6,78	0,24	41,66	
Полдник																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021	180	5,17	5,50	5,34	0,00	8,11	100,13	200,3	23,1	148,5	0,16	22,76	41,72	0	0,05	0,99	
конфеты шоколадные сб.2021	40	0,60	0,00	2,88	0,00	32,72	152,66	7,2	10,8	16,4	0,64	0	0	0	0	0	
банан сб.2021г. ТК № 5	240	3,60	0,00	1,20	1,20	54,48	229,20	19,2	100,8	67,2	1,44	0	48	0,96	0,1	24	
Итого за 'Полдник'		9,37	5,50	9,42	1,20	95,31	481,98	226,7	134,7	232,1	2,24	22,76	89,72	0,96	0,15	24,99	
Ужин																	
Оладьи из печени по-кушевски №128, сб.2021	100	20,10	19,07	13,97	0,00	14,41	263,09	26,95	23,41	308	6,28	4599	8068	1,42	0,24	12,38	
Соус сметанный с томатом №250, сб. 2021	40	0,59	0,25	1,58	0,00	2,41	26,42	7,37	1,67	7,48	0,08	5,4	20,8	0,1	0,01	0,29	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0	
Итого за 'Ужин'		34,11	22,24	24,40	0,20	86,30	685,43	161,4	184,6	617,8	11,8	4640	8138,73	2,38	0,56	13,2	
второй ужин																	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0	
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26	
Итого за 'второй ужин'		7,80	5,22	6,08	0,33	24,05	185,04	223,3	35,96	199,3	0,83	35,97	40,37	0,43	0,11	1,26	
Итого за день		108,66	74,65	84,18	6,12	375,75	2637,20	1120	547	1811	24,8	4861	10817,5	12,43	1,28	86,73	

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)


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



МЕНЮ на 21.09.2023г. 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	200/25	37,38	33,69	26,24	0,00	57,24	614,88	363,7	55,04	438	1,4	163,8	188,4	1,13	0,13	0,72	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	6,21	25,89	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81	
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Итого за 'Завтрак'		43,39	35,14	28,40	0,62	103,09	835,63	457,6	107,5	559,5	5,4	172,8	1816,9	2,13	0,25	5,79	
Обед																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	100	2,26	0,81	5,07	0,23	10,51	94,22	16,35	20,63	52,29	0,73	9,6	627	2,34	0,06	4,15	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,84	0,27	5,06	0,00	20,89	138,39	25,79	24,99	82,48	0,95	23,16	245,12	0,33	0,08	6,71	
Митбол № 542, сб.Онищенко Г.Г.	120	17,09	16,02	10,46	4,02	18,16	234,21	15,78	28,85	142	1,42	0	0	2,13	0,06	0,34	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	120	0,97	0,00	0,18	0,18	6,13	28,43	5,15	6,91	23,23	0,57	0	0,15	0,21	0,03	0	
Итого за 'Обед'		27,36	17,10	26,67	4,42	94,26	706,86	160,4	117,5	369,1	5,76	32,76	965,48	8,17	0,3	51,07	
Полдник																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1	
конфеты шоколадные сб.2021	40	0,60	0,00	2,88	0,00	32,72	152,66	7,2	10,8	16,4	0,64	0	0	0	0	0	
банан сб.2021г. ТК № 5	240	3,60	0,00	1,20	1,20	54,48	229,20	19,2	100,8	67,2	1,44	0	48	0,96	0,1	24	
Итого за 'Полдник'		9,94	6,11	10,01	1,20	96,21	493,11	248,9	137,3	248,6	2,26	25,28	94,35	0,96	0,16	25,1	
Ужин																	
Оладьи из печени по-кунцевски №128, сб.2021	120	24,12	22,88	16,77	0,00	17,29	315,71	32,34	28,09	369,6	7,54	5519	9681,6	1,7	0,29	14,86	
Соус сметанный с томатом №250, сб. 2021	50	0,73	0,31	1,97	0,00	3,02	33,02	9,21	2,09	9,36	0,09	6,75	26	0,13	0,01	0,37	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0	
Итого за 'Ужин'		41,03	26,12	28,83	0,33	105,53	827,28	174,4	220,4	731,3	14,3	5566	9763,11	2,98	0,68	15,75	
второй ужин																	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0	
ряженка №297 сб. 2021	180	5,96	5,96	6,58	0,00	8,22	119,80	246,6	28,77	195,2	0,21	41,1	46,13	0	0,06	1,44	
Итого за 'второй ужин'		7,51	5,96	6,77	0,20	18,33	167,92	251,1	35,24	212,3	0,6	41,1	46,13	0,26	0,09	1,44	
Итого за день		129,23	90,43	100,68	6,77	417,43	3030,79	1292	617,9	2121	28,3	5838	12686	14,5	1,48	99,14	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 21.09.2023г. 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0	
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26	
Итого за "		37,60	32,70	27,85	0,28	67,10	672,32	555,6	82,42	571,2	1,83	171,6	202,45	1,27	0,21	2,08	
Обед																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	60	1,36	0,49	3,04	0,14	6,30	56,53	9,81	12,38	31,37	0,44	5,76	376,2	1,4	0,04	2,49	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	2,27	0,22	4,04	0,00	16,71	110,71	20,63	19,99	65,99	0,76	18,53	196,1	0,26	0,07	5,37	
Митбол № 542, сб.Онищенко Г.Г.	90	12,82	12,02	7,85	3,01	13,62	175,66	11,83	21,64	106,5	1,07	0	0	1,6	0,05	0,25	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	48	0,39	0,00	0,07	0,07	2,45	11,37	2,06	2,76	9,29	0,23	0	0,06	0,08	0,01	0	
конфеты шоколадные сб.2021	40	0,60	0,00	2,88	0,00	32,72	152,66	7,2	10,8	16,4	0,64	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		23,53	12,72	23,12	3,67	124,33	775,77	142,2	110	318	5,69	24,29	649,16	6,51	0,27	40,81	
Итого за день		61,13	45,42	50,96	3,95	191,43	1448,09	697,8	192,4	889,2	7,52	195,8	851,61	7,78	0,48	42,88	

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 21.09.2023г. 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	180/20	33,98	30,63	23,85	0,00	52,04	558,98	330,6	50,04	398,2	1,27	148,9	171,27	1,03	0,12	0,66	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0	
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51	
Итого за "		44,77	38,34	32,71	0,41	83,09	809,21	651,4	99,27	676,5	2,31	201,1	236,21	1,6	0,26	2,43	
Обед																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	100	2,26	0,81	5,07	0,23	10,51	94,22	16,35	20,63	52,29	0,73	9,6	627	2,34	0,06	4,15	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,84	0,27	5,06	0,00	20,89	138,39	25,79	24,99	82,48	0,95	23,16	245,12	0,33	0,08	6,71	
Митбол № 542, сб.Онищенко Г.Г.	120	17,09	16,02	10,46	4,02	18,16	234,21	15,78	28,85	142	1,42	0	0	2,13	0,06	0,34	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	70	0,57	0,00	0,10	0,10	3,58	16,58	3	4,03	13,55	0,33	0	0,09	0,12	0,02	0	
конфеты шоколадные сб.2021	40	0,60	0,00	2,88	0,00	32,72	152,66	7,2	10,8	16,4	0,64	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		30,65	17,10	29,83	4,86	145,20	944,62	175,6	139,4	411,7	6,98	32,76	964,21	8,68	0,35	50,27	
Итого за день		75,42	55,44	62,54	5,28	228,29	1753,83	826,9	238,7	1088	9,29	233,8	1200,43	10,28	0,61	52,7	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)