

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

МЕНЮ на 21.10.2024 г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	150	5.21	2,16	6,88	0,70	24,22	177,13	99,34	34,4	133,4	0,92	38,98	43,48	0,28	0,13	0,39
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Морковь с сахаром №16	80	0,94	0,00	0,07	0,00	10,13	40,58	18,35	25,39	36,75	0,48	0	1536	0,31	0,03	1,54
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'		14,71	5,25	18,63	1,49	100,28	615,56	252,3	99,37	315,4	5,5	108,8	1666,78	1,67	0,3	6,45
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	60	0,47	0,00	2,83	0,00	2,88	37,82	9	7,24	15,36	0,34	0	34,52	0,2	0,02	3,42
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	200	1,62	0,20	3,67	2,07	8,26	70,23	35,72	16,13	36,53	0,57	12	216,73	1,04	0,04	9,41
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41
Спагетти отварные №227, сб.2021	160	5,65	0,02	3,76	0,00	36,43	201,67	9,57	7,58	41,96	0,77	15,31	28,24	0,86	0,07	0
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		25,21	14,10	24,80	8,73	101,34	720,16	97,49	69,18	258,8	3,64	41,09	389,09	5,72	0,24	14,24
Полдник																
Печенье овсяное сб.2021ТК № 7	50	3,56	0,06	9,34	0,00	29,78	214,69	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Апельсин сб.2021г.	145	0,36	0,00	0,08	0,08	4,11	17,74	13,56	5,18	9,17	0,12	0	3,19	0,08	0,02	23,93
Итого за 'Полдник'		4,16	0,06	9,47	0,08	43,42	270,90	16,29	5,91	10,51	0,18	0	3,33	0,09	0,02	25,05
Ужин																
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07
Картофель тушеный №146, сб. 2021	220	4,57	0,09	13,52	0,00	36,69	281,98	34,21	51,32	128,8	1,98	62,3	576,47	0,57	0,19	17,77
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
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
Итого за 'Ужин'		11,82	6,20	23,15	0,06	58,01	477,45	287,3	94,01	326	3,09	87,59	1025,42	2,58	0,28	23,94
второй ужин																
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Кефир №297 сб. 2021	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'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		62,06	30,73	81,83	10,48	316,86	2218,99	868	297,5	1090	12,9	272,8	3124,22	10,23	0,91	70,91

Зав.производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 21.10.2024 г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	180	6,26	2,59	8,25	0,84	29,06	212,56	119,2	41,28	160	1,1	46,78	52,18	0,34	0,15	0,47
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Морковь с сахаром №16	80	0,94	0,00	0,07	0,00	10,13	40,58	18,35	25,39	36,75	0,48	0	1536	0,31	0,03	1,54
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'		15,75	5,69	20,01	1,63	105,13	650,99	272,1	106,3	342,1	5,69	116,6	1675,48	1,73	0,33	6,53
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,78	0,00	4,71	0,00	4,80	63,04	15,01	12,07	25,6	0,56	0	57,53	0,34	0,03	5,7
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	2,03	0,25	4,59	2,58	10,32	87,79	44,65	20,16	45,66	0,72	15	270,91	1,3	0,05	11,76
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41
Спагетти отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		27,32	14,15	28,17	9,34	114,27	808,91	116	82,3	293	4,33	46	469,84	6,34	0,28	18,87
Полдник																
Печенье овсяное сб.2021ТК № 7	50	3,56	0,06	9,34	0,00	29,78	214,69	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Апельсин сб.2021г.	145	0,36	0,00	0,08	0,08	4,11	17,74	13,56	5,18	9,17	0,12	0	3,19	0,08	0,02	23,93
Итого за 'Полдник'		4,16	0,06	9,47	0,08	43,42	270,90	16,29	5,91	10,51	0,18	0	3,33	0,09	0,02	25,05
Ужин																
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34
Картофель тушеный №146, сб. 2021	250	5,20	0,10	15,36	0,00	41,69	320,43	38,87	58,32	146,4	2,26	70,8	655,08	0,65	0,22	20,2
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
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
Итого за 'Ужин'		12,91	6,21	25,93	0,09	66,60	539,32	300	105,9	353,5	3,64	96,08	1204,69	3,17	0,32	27,63
второй ужин																
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Итого за 'второй ужин'		6,72	5,68	6,40	0,13	14,58	146,35	238,2	31,75	197,6	0,46	39,2	44	0,17	0,08	1,37
Итого за день		66,85	31,79	89,98	11,26	344,01	2416,47	942,6	332,1	1197	14,3	297,9	3397,34	11,5	1,03	79,45

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 21.10.2024 г. 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	A,мг	PΩ,мкг	TΩ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	160	5,56	2,31	7,34	0,74	25,83	188,94	106	36,69	142,2	0,98	41,58	46,38	0,3	0,13	0,42
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Морковь с сахаром №16	80	0,94	0,00	0,07	0,00	10,13	40,58	18,35	25,39	36,75	0,48	0	1536	0,31	0,03	1,54
Итого за 'Завтрак'		14,06	5,40	18,89	1,33	81,30	540,89	244,9	93,66	310,3	2,76	111,4	1669,68	1,49	0,29	2,47
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	60	0,47	0,00	2,83	0,00	2,88	37,82	9	7,24	15,36	0,34	0	34,52	0,2	0,02	3,42
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	200	1,62	0,20	3,67	2,07	8,26	70,23	35,72	16,13	36,53	0,57	12	216,73	1,04	0,04	9,41
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41
Спагетти отварные №227, сб.2021	160	5,65	0,02	3,76	0,00	36,43	201,67	9,57	7,58	41,96	0,77	15,31	28,24	0,86	0,07	0
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
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Апельсин сб.2021г.	145	0,36	0,00	0,08	0,08	4,11	17,74	13,56	5,18	9,17	0,12	0	3,19	0,08	0,02	23,93
Итого за 'Обед'		26,57	14,10	25,08	9,01	106,07	748,45	124,6	82,36	282	6,5	41,09	392,28	5,99	0,28	42,16
Итого за день		40,63	19,50	43,98	10,34	187,37	1289,34	369,5	176	592,3	9,26	152,5	2061,96	7,48	0,57	44,64

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 21.10.2024 г. 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.				Мg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	180	6,26	2,59	8,25	0,84	29,06	212,56	119,2	41,28	160	1,1	46,78	52,18	0,34	0,15	0,47
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Морковь с сахаром №16	100	1,17	0,00	0,08	0,00	12,67	50,72	22,94	31,74	45,94	0,6	0	1920	0,38	0,04	1,92
Итого за 'Завтрак'		14,99	5,69	19,83	1,43	87,06	574,65	262,7	104,6	337,3	3,01	116,6	2059,48	1,6	0,32	2,91
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,78	0,00	4,71	0,00	4,80	63,04	15,01	12,07	25,6	0,56	0	57,53	0,34	0,03	5,7
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	2,03	0,25	4,59	2,58	10,32	87,79	44,65	20,16	45,66	0,72	15	270,91	1,3	0,05	11,76
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41
Спагетти отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
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
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
Апельсин сб.2021г.	145	0,36	0,00	0,08	0,08	4,11	17,74	13,56	5,18	9,17	0,12	0	3,19	0,08	0,02	23,93
Итого за 'Обед'		29,27	14,15	28,53	9,70	122,88	855,61	145	98,21	323,7	7,37	46	473,04	6,72	0,33	46,8
Итого за день		44,26	19,84	48,36	11,12	209,94	1430,27	407,7	202,8	661	10,4	162,6	2532,52	8,33	0,65	49,71

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)