

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

МЕНЮ на 21.11.2023г. 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	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52
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
Батон нарезной с маслом №4, сб.2021г.	80/10	6,09	0,05	10,44	2,35	41,87	284,56	18,42	25,87	68,5	1,59	57,82	65,3	1,46	0,13	0
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	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
Итого за 'Завтрак'		20,16	12,13	23,53	2,55	91,94	652,76	273,4	77,94	358,6	6,33	217,5	255,02	2,04	0,24	5,04
Обед																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	150	2,89	0,02	3,59	0,00	23,92	138,41	14,05	31,3	79,63	1,23	21,59	28,43	0,19	0,13	6,05
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 пшеничный "Уныш" №2, сб.2021г.11	80	5,96	0,00	0,71	0,71	36,77	180,35	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		25,48	12,91	20,01	0,72	110,20	711,97	78,9	102	294,5	3,9	43,85	1499,11	5,14	0,29	15,95
Полдник																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,67	20,25	12,53	0,15	31,28	319,60	154,9	23,26	205,3	0,66	58,57	111,86	0,55	0,04	0,11
Йогурт №297 сб. 2021	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 'Полдник'		24,93	24,51	17,24	0,15	37,16	405,30	331,3	43,84	345	0,81	87,97	144,86	0,55	0,09	1,14
Ужин																
Салат из свежих помидоров со сладким перцем № 105, сб. 2022 Онищенко ГГ	100	1,04	0,00	9,95	9,95	5,48	113,47	13,69	14,68	24,45	0,72	0	131,13	4,99	0,06	55,08
Спагетти отварные с тертым сыром №227, сб.2021	180	10,81	4,76	8,45	0,00	40,98	283,67	169,2	17,15	141,2	0,97	39,9	74,61	1,04	0,08	0,05
Напиток апельсиновый №313, сб. shk. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	10,49	40,64	4,75	1,7	3	0,07	0	1,2	0,03	0	3,6
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'		14,56	4,76	18,75	10,30	73,81	517,99	195,1	44,31	197	2,41	39,9	206,94	6,49	0,19	58,73
второй ужин																
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
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
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		91,91	60,42	85,59	13,86	328,87	2431,34	1104	298,1	1371	13,9	414,5	2152,29	14,39	0,89	81,96

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

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

Наименование б

МЕНЮ на 21.11.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65
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
Батон нарезной с маслом №3, сб.2021г.	100/10	6,09	0,05	10,44	2,35	41,87	284,56	18,42	25,87	68,5	1,59	57,82	65,3	1,46	0,13	0
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	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
Итого за 'Завтрак'		21,04	12,86	24,55	2,55	95,65	680,08	300,1	82,29	382,1	6,38	221,9	263,13	2,06	0,25	5,17
Обед																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Филе минтая или горбуши, тушное в томате с овощами №80, сб.2021	180	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08	3,44
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,00	28,71	166,09	16,86	37,56	95,56	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26
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 подовый "Уныш" №2, сб.2021г.11	120	8,94	0,00	1,06	1,06	55,15	270,53	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		32,48	15,50	24,66	1,08	140,88	903,75	95,07	123,6	356,6	4,57	53,46	1871,51	6,35	0,36	19,1
Полдник																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	200	25,06	24,54	15,19	0,19	37,92	387,39	187,7	28,19	248,9	0,8	70,99	135,59	0,66	0,05	0,14
йогурт №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 'Полдник'		30,17	29,66	20,84	0,19	44,97	490,23	399,4	52,88	416,5	0,98	106,3	175,19	0,66	0,1	1,37
Ужин																
Салат из свежих помидоров со сладким перцем № 105, сб. 2022 Онищенко ГТ	120	1,25	0,00	11,94	11,94	6,58	136,17	16,43	17,62	29,34	0,86	0	157,36	5,98	0,07	66,09
спагетти отварные с тертым сыром №227, сб.2021	200	12,01	5,29	9,39	0,00	45,53	315,19	188	19,05	156,8	1,08	44,34	82,9	1,16	0,09	0,06
Напиток апельсиновый №313, сб. shk. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	10,49	40,64	4,75	1,7	3	0,07	0	1,2	0,03	0	3,6
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Итого за 'Ужин'		17,52	5,29	21,87	12,49	89,57	620,32	221,2	55,61	234,7	3,05	44,34	241,45	7,86	0,24	69,75
второй ужин																
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
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
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		107,99	69,42	97,98	16,44	386,83	2837,72	1241	344,4	1566	15,4	451,3	2597,64	17,11	1,03	96,48

Feb

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

(Кузьмина О.В.)

Исполнитель: Б.Р.Баев
Наименование блюда: _____

МЕНЮ на 21.11.2023г. школа 7-11 лет

[illegible]

Fal-

(Хурматуллина Р.М.)



(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 21.11.2023г. 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	PD,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	11,46	5,98	16,53	0,00	34,67	334,21	235,4	19,94	178,4	0,94	118,1	131,91	1	0,07	0,16
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	4,64	4,35	4,54	0,00	16,49	121,48	161,4	27,14	131,1	0,62	18	33,07	0,01	0,04	0,78
Батон нарезной №3, сб.2021г.	60	4,53	0,00	1,76	1,76	31,34	158,48	12,94	19,4	49,98	1,18	0	0	1,02	0,09	0
йогурт №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 'Завтрак'		25,74	15,44	28,48	1,76	89,56	717,01	621,4	91,18	527,1	2,91	171,3	204,58	2,02	0,26	2,17
Обед																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	160	14,33	13,47	6,76	0,02	8,73	149,13	28,71	32,74	141,3	0,81	5,83	9,84	0,89	0,07	3,06
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,00	28,71	166,09	16,86	37,56	95,56	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26
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 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 подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	70	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед '		30,01	13,82	23,71	1,03	143,63	893,02	98,62	131,3	371,6	4,99	52,73	1869,53	6,73	0,41	18,11
Итого за день		55,75	29,26	52,19	2,79	233,19	1610,03	720	222,5	898,6	7,9	224,1	2074,11	8,76	0,67	20,29

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)