

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



МЕНЮ на 22.02.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг			
Завтрак																			
Суп молочный с пшеном №76, сб.2021 г.	250	5,58	3,64	5,55	0,66	20,81	154,08	137	29,67	138,8	0,59	22,08	41,16	0,08	0,1	0,65			
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.	100/10	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			
Итого за 'Завтрак'		13,13	6,73	17,04	1,25	66,14	465,46	257,6	61,25	270,1	1,9	91,9	128,46	0,96	0,22	1,17			
Обед																			
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54			
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66			
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06			
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46			
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18			
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'		26,67	13,69	32,10	14,39	115,82	831,59	174,6	140,9	385,3	6,09	39,7	746,51	11,58	0,42	35,89			
Полдник																			
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	150	12,01	7,68	11,58	0,14	35,89	294,05	25,37	20,71	119,6	1,72	26,18	81,62	1,26	0,08	1,4			
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			
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	158	0,63	0,00	0,63	0,63	18,33	76,91	25,28	14,22	17,38	3,48	0	7,9	0,32	0,05	15,8			
Итого за 'Полдник'		13,64	7,68	12,42	0,97	74,82	457,45	64,65	42,93	151	7,99	26,18	89,52	1,77	0,15	21,2			
Итого за день		53,44	28,11	61,56	16,61	256,77	1754,50	496,9	245	806,4	16	157,8	964,49	14,31	0,79	58,26			

Запроизводством: ЖТ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Р (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 22.02.2023г. 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	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с пшеном №76, сб.2021 г.	200	4,46	2,91	4,44	0,53	16,65	123,26	109,6	23,73	111	0,47	17,66	32,93	0,06	0,08	0,52		
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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	158	0,63	0,00	0,63	0,63	18,33	76,91	25,28	14,22	17,38	3,48	0	7,9	0,32	0,05	15,8		
Итого за 'Завтрак'		12,65	6,00	16,56	1,75	80,31	511,55	255	69,5	260	5,3	87,5	128,1	1,26	0,25	16,8		
Обед																		
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	60	1,31	0,00	3,78	0,00	6,11	60,99	28,54	11,35	20,74	0,38	0	173,43	1,94	0,02	11,12		
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73		
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	100	10,88	10,72	13,66	10,77	11,39	210,51	12,22	18,28	98,95	0,78	0	0	5,31	0,02	0,05		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	180	1,10	0,00	0,11	0,11	35,01	133,78	34,4	25,34	29,19	0,85	0	105,84	1,15	0,01	0,16		
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	150	12,01	7,68	11,58	0,14	35,89	294,05	25,37	20,71	119,6	1,72	26,18	81,62	1,26	0,08	1,4		
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.	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		
Итого за 'Обед'		23,25	11,41	25,36	12,17	106,86	726,64	140	119	325	5,2	32,6	552,8	9,22	0,37	25,4		
Итого за день		35,90	17,41	41,93	13,91	187,17	1238,19	395	189	585	10	120	681	10,5	0,62	42,3		

Завпроизводством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басв

МЕНЮ на 22.02.2023г. школа с 12 лет и старше

	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	P0,мкг	T0,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Суп молочный с пшеном №76, сб.2021 г.	250	5,58	3,64	5,55	0,66	20,81	154,08	137	29,67	138,8	0,59	22,08	41,16	0,08	0,1	0,65	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	158	0,63	0,00	0,63	0,63	18,33	76,91	25,28	14,22	17,38	3,48	0	7,9	0,32	0,05	15,8	
Итого за 'Завтрак'		13,77	6,73	17,67	1,88	84,47	542,37	282,9	75,47	287,5	5,37	91,9	136,36	1,28	0,27	16,97	
Обед																	
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	180	1,10	0,00	0,11	0,11	35,01	133,78	34,4	25,34	29,19	0,85	0	105,84	1,15	0,01	0,16	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	150	12,01	7,68	11,58	0,14	35,89	294,05	25,37	20,71	119,6	1,72	26,18	81,62	1,26	0,08	1,4	
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	
Итого за 'Обед'		29,24	13,69	32,41	14,70	129,60	901,12	177,7	148,1	406,5	6,54	39,7	734,69	11,88	0,47	35,87	
Итого за день		43,01	20,42	50,08	16,58	214,07	1443,49	460,6	223,6	694	11,9	131,6	871,05	13,16	0,74	52,84	

Завпроизводством:

fat

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

fb

(Кузьмина О.В.)