

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

МЕНЮ на 23.01.2023г. 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,мг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53
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 сыром №4, сб. 2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
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'		19,12	11,15	16,76	0,72	93,01	593,24	454,1	66,99	366,1	4,51	105,8	105,17	1,03	0,21	5,19
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	200	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37
Куры отварные №132, сб. 2021	110	28,67	30,43	27,08	0,00	0,49	360,04	24,84	26,76	242,4	2,36	70,22	120,38	0,85	0,09	1,39
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	0,14	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.	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'		37,37	31,51	41,58	0,12	64,88	766,96	147,1	101,8	431	6,04	100,2	828,22	6,17	0,31	45,66
Полдник																
Пирог с рыбными консервами №269, сб. 2021	100	10,27	4,90	8,80	0,00	40,25	280,48	16,62	10,32	55,41	0,75	20,26	5,2	0,21	0,07	0,21
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
апельсин сб. 2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9
Итого за 'Полдник'		17,06	10,40	14,50	0,36	66,88	460,60	278	56,8	245,3	1,46	43,01	61,31	0,57	0,2	109,1
Ужин																
филе горбуши запеченное в омлете №81, сб. 2021	120	21,55	21,14	11,18	0,00	3,70	201,47	41,18	22,35	173,2	1,18	99,24	137,6	1,77	0,13	1,04
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
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
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Итого за 'Ужин'		37,55	22,62	19,79	0,52	96,05	695,46	123	204,1	489,8	7,72	133,9	182,04	3,18	0,53	1,3
перед сном																
Кефир №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 'перед сном'		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 день		115,36	79,94	97,34	1,72	326,70	2601,96	1179	450,3	1672	19,9	412,4	1209,73	10,95	1,29	162,3

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.01.2023г. 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	P0,мкг	T0,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	220	6,57	3,24	8,81	0,00	33,58	237,56	138,8	20,66	121,8	0,46	57,95	39,13	0,06	0,08	0,59
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 сыром №1, сб. 2021г	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
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'		19,71	11,44	17,56	0,72	96,06	614,83	466,7	68,87	377,1	4,55	111,1	108,73	1,03	0,22	5,24
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	250	2,46	0,33	5,45	0,00	17,58	127,63	26,01	23,42	69,74	0,88	25,41	249,12	0,29	0,08	6,72
Куры отварные №132, сб. 2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
Кануста 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 ржаной-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'		41,46	34,34	46,15	0,18	73,94	858,37	171,5	116,8	485,6	6,84	111,6	904,24	6,89	0,35	53,5
Полдник																
Пирог с рыбными консервами №269, сб. 2021	100	10,27	4,90	8,80	0,00	40,25	280,48	16,62	10,32	55,41	0,75	20,26	5,2	0,21	0,07	0,21
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
Печенье №1, сб. 2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9
Итого за 'Полдник'		17,06	10,40	14,50	0,36	66,88	460,60	278	56,8	245,3	1,46	43,01	61,31	0,57	0,2	109,1
Ужин																
Филе горбуши запеченное в омлете №81, сб. 2021	150	26,93	26,43	13,97	0,00	4,63	251,84	51,47	27,94	216,5	1,47	124	172	2,21	0,16	1,3
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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Итого за 'Ужин'		43,97	27,90	22,71	0,65	103,71	777,91	136,3	214	544,5	8,28	158,8	216,44	3,79	0,58	1,56
перед сном																
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 'перед сном'		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 день		127,32	89,20	106,57	1,91	347,65	2814,55	1264	481,2	1820	21,3	459,8	1330,31	12,28	1,4	170,7

Зашнуровано: Тел- (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 23.01.2023г. школа 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	190	5,67	2,80	7,61	0,00	29,00	205,16	119,9	17,85	105,2	0,39	50,05	33,79	0,05	0,07	0,51
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 сыром №4, сб.2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Печенье сб.2021 ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		20,66	11,04	23,63	0,52	94,70	667,71	433,8	58,05	346,5	1,69	103,2	103,39	0,83	0,19	1,16
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37
Куры отварные №132, сб.2021	110	28,67	30,43	27,08	0,00	0,49	360,04	24,84	26,76	242,4	2,36	70,22	120,38	0,85	0,09	1,39
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
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.	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
апельсин сб.2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9
Итого за 'Обед'		41,64	31,51	42,21	0,89	98,01	920,46	220,9	136,9	499,1	8,95	100,2	840,57	6,94	0,43	156
Итого за день		62,31	42,55	65,84	1,41	192,72	1588,17	654,6	194,9	845,6	10,6	203,4	943,96	7,77	0,61	157,1

Запроизводством: Жал (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 23.01.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	220	6,57	3,24	8,81	0,00	33,58	237,56	138,8	20,66	121,8	0,46	57,95	39,13	0,06	0,08	0,59
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 сыром №4, сб. 2021г.	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Печенье сб. 2021 ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		21,56	11,49	24,83	0,52	99,28	700,10	452,7	60,87	363,1	1,75	111,1	108,73	0,83	0,2	1,24
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	250	2,46	0,33	5,45	0,00	17,58	127,63	26,01	23,42	69,74	0,88	25,41	249,12	0,29	0,08	6,72
Куры отварные №132, сб. 2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
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
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.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9
Итого за 'Обед'		46,63	34,34	46,89	1,05	112,89	1039,69	247,5	155,1	561,6	9,92	111,6	916,56	7,8	0,49	163,8
Итого за день		68,18	45,83	71,72	1,58	212,18	1739,79	700,2	215,9	924,7	11,7	222,7	1025,29	8,63	0,68	165,1

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)