

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

МЕНЮ на 23.03.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	170	21,36	20,86	12,91	0,16	41,51	364,67	161,5	24,9	212,8	0,86	60,34	115,25	0,56	0,04	0,15
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 №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Салат из свеклы с яблоками №27, сб.2021	80	0,81	0,00	3,98	0,00	8,16	68,06	21,61	12,12	22,3	1,16	0	2,22	0,1	0,01	3,36
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 '		29,64	23,91	20,37	0,82	108,78	725,25	313,5	72,29	367,1	5,84	72,34	139,48	1,47	0,18	8,02
Обед																
Кукуруза консерв. отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96
Куриные грудки отварные с соусом №132, сб.2021	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	150	3,59	0,02	3,79	0,00	37,96	200,86	4,52	24,75	73,4	0,51	23,92	26,47	0,25	0,04	0
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб подовый "Уныш" №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'		32,73	25,06	25,81	0,77	96,93	740,79	43,19	71,13	331,6	3,42	94,13	221,59	1,54	0,18	5,54
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
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104
вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0
Итого за 'Полдник'		7,57	5,50	6,68	0,35	50,08	280,52	264	48,62	199,1	1,13	23,36	56,48	0,56	0,13	104,9
Ужин																
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	180	3,68	0,01	4,94	0,34	24,22	150,99	53,01	34,57	78,81	1,35	12,69	62,66	1,65	0,1	22,31
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
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
Итого за 'Ужин '		20,76	14,40	16,91	0,63	52,58	437,70	166,2	81,71	294,6	3,04	29,84	110,25	6,49	0,26	30,7
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
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 'второй ужин '		6,84	4,26	5,03	0,33	22,74	165,90	183,9	31,36	168,1	0,8	29,4	33	0,43	0,1	1,03
Итого за день		97,54	73,12	74,79	2,89	331,10	2350,16	970,7	305,1	1361	14,2	249,1	560,79	10,49	0,86	150,2

Зав.производством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

даю
ор ГБОУ Уфимская КШИ. **Б.Р.Б.**
ГБОУ Уфимская КШИ №92
Наименование бюджета

МЕНЮ на 23.03.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	170	21,43	20,94	13,44	0,16	41,60	370,10	163,6	25,1	214,2	0,86	63,02	120,27	0,58	0,05	0,15
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 №1, сб.2021г.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	0
Салат из свеклы с яблоками №27, сб.2021	100	1,01	0,00	4,97	0,00	10,20	85,07	27,02	15,15	27,87	1,45	0	2,78	0,12	0,02	4,19
Сок фруктовый ТК № 6	206	1,03	0,00	0,21	0,21	21,22	89,07	14,42	8,24	14,42	2,88	0	0	0,21	0,02	4,12
Итого за 'Завтрак '		30,97	23,98	22,02	0,95	118,28	782,36	324,4	80,07	385,9	6,48	75,02	145,05	1,69	0,21	8,99
Обед																
Кукуруза консерв. отварная ТК № 9 сб. 2021	70	1,45	0,02	3,09	0,26	7,46	63,15	0,41	0	0,62	0,01	20,65	22,86	0,04	0	0
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,52	5,80	0,62	0,50	15,18	94,67	19,39	26,97	115	0,88	1,87	5,64	0,47	0,09	4,96
Куриные грудки отварные с соусом №132, сб.2021	110/50	29,28	30,45	29,41	0,03	4,10	397,71	27,67	31,05	250,5	2,55	81,41	208,62	0,99	0,1	2,75
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб подовый "Уныш" №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'		43,88	36,29	37,84	0,98	111,21	949,99	58,61	94,63	477,4	4,68	132,6	269,03	2	0,26	7,7
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
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104
вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0
Итого за 'Полдник'		8,14	6,11	7,27	0,35	50,98	291,64	286,2	51,19	215,6	1,15	25,88	61,11	0,56	0,14	105,1
Ужин																
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	105	0,85	0,00	0,11	0,11	3,74	17,02	24,57	14,96	44,87	0,64	0	10,68	0,11	0,03	10,68
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	120	17,94	17,25	13,52	0,00	17,66	263,55	49,97	31,19	168	1,03	10,86	30,78	5,93	0,12	0,18
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	200	4,09	0,01	5,48	0,38	26,92	167,77	58,9	38,41	87,57	1,5	14,1	69,62	1,84	0,11	24,79
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	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
Итого за 'Ужин '		27,93	18,71	21,13	0,96	74,11	588,79	196,8	105,7	379,4	4,13	33,96	127,59	8,53	0,35	35,91
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
Кефир №297 сб. 2021	184,8	5,25	5,25	5,80	0,00	7,24	105,58	217,3	25,35	172,1	0,18	36,22	40,66	0	0,05	1,27
Итого за 'второй ужин '		6,80	5,25	5,99	0,20	17,36	153,70	221,8	31,82	189,1	0,57	36,22	40,66	0,26	0,09	1,27
Итого за день		117,73	90,35	94,25	3,43	371,93	2766,49	1088	363,4	1647	17	303,7	643,44	13,04	1,05	158,9

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.03.2023г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	170	21,43	20,94	13,44	0,16	41,60	370,10	163,6	25,1	214,2	0,86	63,02	120,27	0,58	0,05	0,15
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 №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
Салат из свеклы с яблоками №27, сб.2021	80	0,81	0,00	3,98	0,00	8,16	68,06	21,61	12,12	22,3	1,16	0	2,22	0,1	0,01	3,36
Итого за 'Завтрак'		27,68	23,98	20,56	0,48	81,53	612,11	298,6	60,17	343,2	2,79	75,02	144,49	1,11	0,14	4,03
Обед																
Кукуруза консерв. отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96
Куриные грудки отварные, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	150	3,59	0,02	3,79	0,00	37,96	200,86	4,52	24,75	73,4	0,51	23,92	26,47	0,25	0,04	0
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	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 подовый "Уныш" №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'		34,53	25,06	26,02	0,98	108,78	797,37	47,82	77,91	348,1	3,79	94,13	221,55	1,83	0,22	5,54
Итого за день		62,21	49,04	46,58	1,47	190,31	1409,48	346,4	138,1	691,3	6,57	169,2	366,04	2,94	0,36	9,57

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

верждаю
директор ГБОУ Уфимская К... Б.Л.
Уфимская КШИ №92
Наименование
втрак

Наименование блюда

МЕНЮ на 23.03.2023г. школа с 12 лет и старше

[illegible]

Tip

_(Хурматуллина Р.М.)



_(Кузьмина О.В.)