

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 23.05.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	180	29,10	26,04	19,67	0,00	42,50	464,16	234,1	38,62	313	1,25	125,1	144,19	0,88	0,09	0,44	
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	
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 отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	4,65	19,42	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6	
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'		38,82	28,99	31,73	0,85	112,53	882,75	386,1	107,8	501,9	6,2	195	1440,56	2,21	0,26	5,56	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021 г.	200/25	8,53	7,66	9,48	0,14	11,23	160,67	32,71	24,43	103,8	1,72	18,53	202,5	0,36	0,05	6,36	
Филе минтая с соусом №79, сб.2021	90/40	16,62	16,17	2,44	0,04	3,64	102,81	27,47	26,02	147,8	0,53	19,55	103,87	1,12	0,08	0,36	
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	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12	
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 'Обед'		36,59	23,85	16,85	0,86	106,88	716,30	97,47	93,03	366,5	4,97	55,3	444,67	3,72	0,34	27,84	
Полдник																	
Напиток или кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	23,59	89,65	327,8	18,15	0	0	152	4,89	0	0,45	16,69	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5	
вафли сб.2021	20	0,56	0,00	0,66	0,00	16,08	68,89	3,2	2	7,2	0,3	0,4	0,6	0,14	0,01	0	
Итого за 'Полдник'		1,22	0,00	1,32	0,66	58,81	238,86	357,4	35	25,35	3,93	152,4	13,74	0,47	0,51	33,19	
Ужин																	
Икра свекольная № 47, сб.2021	60	1,22	0,00	4,29	0,00	7,86	71,29	21,61	14,2	29,02	0,85	0	21,31	2,26	0,02	2,1	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	220	15,70	13,97	19,02	7,38	17,64	300,35	38,02	45,29	188,2	2,78	6,54	754,6	3,77	0,1	11,42	
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	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'		18,60	15,42	24,91	7,44	29,22	406,94	113,7	67,3	262,2	3,81	15,54	792,45	6,13	0,14	13,78	
второй ужин																	
ряженка №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	
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0	
Итого за 'второй ужин'		4,67	4,26	4,78	0,07	8,43	97,55	178,5	23,46	149,3	0,39	29,4	33,06	0,09	0,06	1,03	
Итого за день		99,89	72,52	79,59	9,88	315,87	2342,39	1133	326,5	1305	19,3	447,6	2724,49	12,62	1,3	81,4	

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.05.2023г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	220	36,55	32,82	24,53	0,00	49,64	567,18	294,2	48,14	393,1	1,5	155,7	179,44	1,09	0,12	0,53	
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	
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	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01	
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'		46,76	35,77	36,63	0,88	122,77	998,72	455,9	131,1	602	6,7	225,5	2281,81	2,58	0,3	6,06	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021	250/25	9,29	7,56	11,63	0,00	14,95	196,74	45,39	31,32	121,4	2,14	38,6	253,12	0,41	0,07	7,95	
Филе минтая с соусом №79, сб.2021	160	22,35	21,88	2,55	0,03	3,74	126,92	34,57	34,77	198,5	0,69	21,88	132,51	1,48	0,11	0,44	
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	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,07	0,00	0,01	0,01	19,97	77,39	3,84	0,96	1,72	0,11	0	0,17	0,02	0	1,34	
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	
Итого за 'Обед'		44,34	29,46	19,28	0,90	118,55	814,25	123,6	117,1	451,6	6	77,7	550,56	4,44	0,42	34,74	
Полдник																	
Напиток или кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	23,59	89,65	327,8	18,15	0	0	152	4,89	0	0,45	16,69	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5	
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'		1,50	0,00	1,65	0,66	66,85	273,31	359	36	28,95	4,08	152,6	14,04	0,54	0,51	33,19	
Ужин																	
Икра свекольная № 47, сб.2021	100	2,03	0,00	7,14	0,00	13,10	118,82	36,02	23,66	48,37	1,41	0	35,52	3,76	0,03	3,5	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98	
Хлеб подовый "Уньш" №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	
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'		21,88	17,33	30,42	8,51	38,91	504,90	135	85,24	314,9	4,95	16,43	909,61	8,22	0,17	16,74	
второй ужин																	
ряженка №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	
Хлеб подовый "Уньш" №2, сб.2021г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0	
Итого за 'второй ужин'		5,52	5,12	5,72	0,07	9,61	114,69	213,8	27,57	177,3	0,42	35,28	39,66	0,09	0,06	1,23	
Итого за день		120,00	87,68	93,70	11,02	356,69	2705,86	1287	397	1575	22,2	507,5	3795,68	15,87	1,47	91,96	

Заготовлено: ЖФ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 23.05.2023г. 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																		
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	150	24,92	22,38	16,73	0,00	33,85	386,72	200,6	32,83	268,1	1,02	106,2	122,34	0,74	0,08	0,36		
Какао с молоком № 306, сб.2021	180	2,95	2,61	2,82	0,00	12,92	85,57	97,71	18,95	82,78	0,52	10,8	19,86	0,01	0,03	0,47		
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		
ряженка №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 'Завтрак'		36,82	29,30	32,92	0,59	83,06	775,60	489,4	91,76	543,5	2,88	204,2	240,51	1,63	0,24	1,86		
Обед																		
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20		
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021	250/25	9,29	7,56	11,63	0,00	14,95	196,74	45,39	31,32	121,4	2,14	38,6	253,12	0,41	0,07	7,95		
Филе минтая с соусом №79, сб.2021	140	17,90	17,41	2,63	0,04	3,92	110,72	29,58	28,03	159,1	0,57	21,06	111,86	1,21	0,09	0,39		
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		
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,07	0,00	0,01	0,01	19,97	77,39	3,84	0,96	1,72	0,11	0	0,17	0,02	0	1,34		
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 подовый "Уньш" №2, сб.2021г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0		
Итого за 'Обед'		37,50	24,99	19,07	0,61	103,39	724,51	110,4	98,5	388,4	5,29	76,88	503,38	3,68	0,34	29,68		
Итого за день		74,32	54,29	51,99	1,20	186,45	1500,11	599,8	190,3	931,9	8,17	281,1	743,89	5,31	0,59	31,54		

Завпроизводством: Зай (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

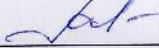
Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92


Б.Р.Баев



МЕНЮ на 23.05.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	220	36,55	32,82	24,53	0,00	49,64	567,18	294,2	48,14	393,1	1,5	155,7	179,44	1,09	0,12	0,53	
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	
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	
ряженка №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'		49,63	40,89	41,98	0,59	101,47	982,72	629,1	113,3	705,7	3,44	260,8	306,41	1,98	0,29	2,28	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021	250/25	9,29	7,56	11,63	0,00	14,95	196,74	45,39	31,32	121,4	2,14	38,6	253,12	0,41	0,07	7,95	
Филе минтая с соусом №79, сб.2021	160	22,35	21,88	2,55	0,03	3,74	126,92	34,57	34,77	198,5	0,69	21,88	132,51	1,48	0,11	0,44	
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	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,07	0,00	0,01	0,01	19,97	77,39	3,84	0,96	1,72	0,11	0	0,17	0,02	0	1,34	
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	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'		42,84	29,46	19,12	0,74	108,64	766,67	120,6	112,6	442,4	5,81	77,7	550,65	4,22	0,39	34,74	
Итого за день		92,48	70,35	61,11	1,33	210,10	1749,39	749,7	225,9	1148	9,25	338,5	857,06	6,19	0,68	37,02	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)