

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

МЕНЮ на 23.10.2024 г. 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
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.	70/20	8,77	5,15	5,67	0,46	23,60	180,99	206,5	25,87	157,4	1,05	41,16	47,6	0,69	0,08	0,14
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'		27,26	22,97	31,21	0,71	66,26	647,96	436,5	82,73	491,5	6,73	282,5	1660,9	1,92	0,22	5,47
Обед																
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
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
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	220	21,57	15,79	19,49	0,00	31,46	377,99	168	63,73	261,6	2,67	92,14	124,61	0,71	0,12	30,81
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		27,62	16,05	26,22	0,32	101,51	729,61	210	103	361,6	4,9	108,9	325,44	3,62	0,24	36,59
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
Ватрушки с повидлом №1019Онищенко Г.Г.	100	4,57	0,85	2,30	0,22	45,47	216,08	14,63	8,23	43,13	0,92	8,19	14,3	1,05	0,05	0,07
Итого за 'Полдник'		10,31	6,96	8,23	0,22	54,48	327,33	237,1	33,9	208,1	1,1	33,48	60,65	1,05	0,11	1,16
Ужин																
Котлета де-воляй №607, сб.Онищенко Г.Г.	90	14,38	12,25	19,09	3,91	14,93	288,79	22,6	18,72	138,7	1,62	73,19	92,26	2,53	0,06	0,35
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	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
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.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Ужин'		22,77	13,72	24,67	4,23	76,21	610,16	101,8	54,21	355,1	3,26	103,1	129,78	3,52	0,18	0,61
второй ужин																
Банан сб.2021г. ТК № 5	200	3,00	0,00	1,00	1,00	45,40	191,00	16	84	56	1,2	0	40	0,8	0,08	20
Итого за 'второй ужин'		3,00	0,00	1,00	1,00	45,40	191,00	16	84	56	1,2	0	40	0,8	0,08	20
Итого за день		90,96	59,70	91,33	6,48	343,86	2506,06	1001	357,9	1472	17,2	528	2216,78	10,91	0,84	63,83

Зав.производством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.10.2024 г. 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
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.	80/30	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
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'		31,05	25,92	35,80	0,82	73,23	730,41	466,9	101,9	559,5	7,59	328,3	2543,36	2,33	0,26	5,91
Обед																
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
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
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	220	21,57	15,79	19,49	0,00	31,46	377,99	168	63,73	261,6	2,67	92,14	124,61	0,71	0,12	30,81
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.	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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		29,63	16,11	29,71	0,41	114,61	818,33	229,7	119,4	400,6	5,85	113,1	384,53	5,31	0,29	38,91
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
Ватрушки с повидлом №1019Онищенко Г.Г.	120	5,48	1,02	2,76	0,26	54,56	259,29	17,56	9,88	51,76	1,11	9,83	17,16	1,26	0,07	0,08
Итого за 'Полдник'		11,22	7,13	8,69	0,26	63,57	370,54	240,1	35,54	216,7	1,29	35,12	63,51	1,26	0,13	1,18
Ужин																
Котлета де-воляй №607, сб.Онищенко Г.Г.	100	15,98	13,61	21,21	4,34	16,59	320,88	25,11	20,8	154,1	1,8	81,32	102,51	2,81	0,07	0,39
Каша перловая рассычатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	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
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.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Ужин'		26,45	15,08	27,71	4,82	92,52	716,14	111,8	65,44	415	3,97	116	145,35	4,13	0,22	0,65
второй ужин																
Банан сб.2021г. ТК № 5	200	3,00	0,00	1,00	1,00	45,40	191,00	16	84	56	1,2	0	40	0,8	0,08	20
Итого за 'второй ужин'		3,00	0,00	1,00	1,00	45,40	191,00	16	84	56	1,2	0	40	0,8	0,08	20
Итого за день		101,36	64,25	102,91	7,32	389,33	2826,42	1064	406,2	1648	19,9	592,6	3176,77	13,82	0,97	66,65

За производство:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.10.2024 г. 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	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
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.	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
Банан сб.2021г. ТК № 5	200	3,00	0,00	1,00	1,00	45,40	191,00	16	84	56	1,2	0	40	0,8	0,08	20
Итого за 'Завтрак'		21,30	17,81	26,47	1,20	72,92	600,19	221,8	118,7	363,2	4,08	241,3	444,3	1,85	0,21	20,73
Обед																
Икра свекольная № 47, сб.2021	80	1,62	0,00	5,72	0,00	10,48	95,06	28,81	18,93	38,69	1,13	0	28,42	3,01	0,02	2,8
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
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	220	21,57	15,79	19,49	0,00	31,46	377,99	168	63,73	261,6	2,67	92,14	124,61	0,71	0,12	30,81
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.	50	3,72	0,00	0,44	0,44	22,98	112,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		32,60	16,11	28,77	0,90	116,34	838,51	231,9	117	387,6	7,89	113,1	377,35	4,57	0,28	42,21
Итого за день		53,90	33,93	55,24	2,10	189,26	1438,70	453,6	235,7	750,9	12	354,5	821,66	6,42	0,48	62,94

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.10.2024 г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
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
Банан сб.2021г. ТК № 5	200	3,00	0,00	1,00	1,00	45,40	191,00	16	84	56	1,2	0	40	0,8	0,08	20
Итого за 'Завтрак'		25,11	20,77	31,10	1,33	80,16	685,73	243,9	126,2	417	4,82	287,2	520,76	2,18	0,24	20,77
Обед																
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
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
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	220	21,57	15,79	19,49	0,00	31,46	377,99	168	63,73	261,6	2,67	92,14	124,61	0,71	0,12	30,81
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	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		35,53	16,11	30,50	1,21	134,89	939,44	242,1	126,1	408,7	8,44	113,1	384,46	5,49	0,3	42,91
Итого за день		60,64	36,88	61,60	2,54	215,06	1625,17	485,9	252,2	825,6	13,3	400,3	905,22	7,68	0,54	63,68

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)