

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

МЕНЮ на 23.12.2024 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																
Каша овсяная, молочная жидкая №206, сб. 2021	160	6,00	2,25	7,89	0,00	27,31	199,93	111,3	44,74	167,5	1,27	41,2	45,5	0,57	0,16	0,41
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	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
Мандарины сб.2021г.	195	1,44	0,00	0,36	0,36	16,92	73,08	63	19,8	30,6	0,18	0	18	0,36	0,11	68,4
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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		14,42	2,30	17,30	1,28	111,53	647,66	208,7	96,99	277,9	5,77	99,02	128,94	2,2	0,4	73,93
Обед																
Салат с сыром №45, сб.2021	80	7,18	5,62	8,60	0,00	6,11	127,34	201,8	28,53	158,7	0,47	26,91	474,42	2	0,1	3,98
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	200	1,59	0,26	4,60	0,15	8,28	78,49	33,17	15,45	37,74	0,56	33,15	191,78	0,18	0,04	9,24
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	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 '		29,67	19,52	33,57	0,47	102,82	820,41	265	111,5	473,4	4,66	110,2	1231,56	3,41	0,26	13,49
Полдник																
Снежок №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
Печенье сб.2021 ТК № 7	35	2,49	0,04	6,53	0,00	20,84	150,28	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
Итого за 'Полдник'		8,21	5,16	12,78	0,60	45,30	326,14	235,7	38,2	184,1	3,48	35,28	47,1	0,3	0,1	16,23
Ужин																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	60	1,00	0,00	4,79	0,00	6,55	69,42	24,25	13,99	27,51	0,89	0	1,41	2,26	0,01	1,41
Картофель тушеный №146, сб. 2021	220	4,57	0,09	13,52	0,00	36,69	281,98	34,21	51,32	128,8	1,98	62,3	576,47	0,57	0,19	17,77
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 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'		8,76	3,13	21,19	0,06	60,20	454,64	166	79,8	242,4	3,18	74,3	599,93	2,91	0,24	19,7
второй ужин																
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
Итого за 'второй ужин'		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
Итого за день		66,80	36,22	90,77	2,41	328,86	2360,10	1098	352,2	1343	17,3	344,1	2053,87	8,81	1,06	124,5

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

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.12.2024 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																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	180	6,75	2,53	8,87	0,00	30,72	224,92	125,2	50,34	188,5	1,43	46,35	51,18	0,64	0,18	0,46
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом №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
Мандарины сб.2021г.	195	1,56	0,00	0,39	0,39	18,33	79,17	68,25	21,45	33,15	0,2	0	19,5	0,39	0,12	74,1
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.	25	1,29	0,00	0,16	0,16	8,43	40,10	3,76	5,39	14,21	0,33	0	0	0,22	0,03	0
Итого за 'Завтрак'		15,55	2,58	18,35	1,34	118,04	686,76	228,6	105,3	304,2	6,01	104,2	136,12	2,34	0,44	79,68
Обед																
Салат с сыром №45, сб.2021	100	8,97	7,02	10,74	0,00	7,64	159,18	252,3	35,66	198,4	0,59	33,64	593,03	2,49	0,12	4,97
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	260	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01
Плов из говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	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 '		32,55	20,93	36,60	0,61	111,13	890,53	325,2	126,4	532,3	5,17	122,4	1402,92	4,07	0,31	17,26
Полдник																
Снежок №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
Печенье сб.2021 ТК № 7	35	2,49	0,04	6,53	0,00	20,84	150,28	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
Итого за 'Полдник '		8,21	5,16	12,78	0,60	45,30	326,14	235,7	38,2	184,1	3,48	35,28	47,1	0,3	0,1	16,23
Ужин																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	100	1,67	0,00	7,99	0,00	10,92	115,71	40,42	23,32	45,85	1,49	0	2,35	3,77	0,02	2,35
Картофель тушеный №146, сб. 2021	250	5,20	0,10	15,36	0,00	41,69	320,43	38,87	58,32	146,4	2,26	70,8	655,08	0,65	0,22	20,2
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 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 '		10,22	3,14	26,25	0,09	70,59	544,11	187,7	97,28	282,1	4,15	82,8	679,5	4,53	0,27	23,06
второй ужин																
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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	25	1,29	0,00	0,16	0,16	8,43	40,10	3,76	5,39	14,21	0,33	0	0	0,22	0,03	0
Итого за 'второй ужин'		7,03	6,11	6,10	0,16	17,44	151,35	226,3	31,05	179,2	0,51	25,28	46,35	0,22	0,09	1,1
Итого за день		73,55	37,92	100,08	2,80	362,49	2598,90	1203	398,2	1482	19,3	369,9	2312	11,46	1,21	137,3

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.12.2024 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	160	6,00	2,25	7,89	0,00	27,31	199,93	111,3	44,74	167,5	1,27	41,2	45,5	0,57	0,16	0,41
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
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
Мандарины сб.2021г.	195	1,56	0,00	0,39	0,39	18,33	79,17	68,25	21,45	33,15	0,2	0	19,5	0,39	0,12	74,1
Итого за 'Завтрак'		12,51	2,30	17,00	0,98	85,60	535,19	197	86,33	255	2,73	99,02	130,44	1,86	0,37	75,63
Обед																
Салат с сыром №45, сб.2021	80	7,18	5,62	8,60	0,00	6,11	127,34	201,8	28,53	158,7	0,47	26,91	474,42	2	0,1	3,98
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	200	1,59	0,26	4,60	0,15	8,28	78,49	33,17	15,45	37,74	0,56	33,15	191,78	0,18	0,04	9,24
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27
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.	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'		30,67	19,52	33,77	0,67	103,44	830,97	278,5	119,5	487,4	7,4	110,2	1231,56	3,61	0,28	17,49
Итого за день		43,18	21,82	50,77	1,65	189,04	1366,16	475,4	205,8	742,5	10,1	209,2	1361,99	5,46	0,65	93,12

Завпроизводством: Ри (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Кузьмина (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 23.12.2024 г. школа с 12 лет и старше

ГБОУ Уфимская КШИ №99 Наименование блюда 	Белки, г			Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
	Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	180	6,75	2,53	8,87	0,00	30,72	224,92	125,2	50,34	188,5	1,43	46,35	51,18	0,64	0,18	0,46
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
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
Мандарины сб.2021г.	195	1,56	0,00	0,39	0,39	18,33	79,17	68,25	21,45	33,15	0,2	0	19,5	0,39	0,12	74,1
Итого за 'Завтрак'		13,26	2,58	17,99	0,98	89,01	560,18	210,9	91,92	276	2,89	104,2	136,12	1,93	0,39	75,68
Обед																
Салат с сыром №45, сб.2021	100	8,97	7,02	10,74	0,00	7,64	159,18	252,3	35,66	198,4	0,59	33,64	593,03	2,49	0,12	4,97
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	260	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27
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
Итого за 'Обед '		34,14	20,93	36,88	0,89	115,63	919,50	340,7	137,1	553,9	8,09	122,4	1402,93	4,37	0,35	21,26
Итого за день		47,40	23,51	54,87	1,87	204,64	1479,68	551,5	229	829,9	11	226,6	1539,06	6,3	0,73	96,94

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)