

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

МЕНЮ на 24.01.2025 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 пшенная Молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,27
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 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
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'		16,52	6,76	21,69	0,79	101,13	658,40	292,9	85,26	326,5	5,24	140,9	166,92	1,38	0,3	4,79
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	80	0,94	0,00	0,06	0,00	16,15	63,15	15,99	22,34	32,34	0,42	0	1200	0,24	0,04	2,94
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	225	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	100	14,73	14,39	5,80	0,00	3,09	123,34	44,83	30,62	162,4	1,1	72,99	98,27	0,49	0,07	0,54
Вермишель отварная №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	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.	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'		34,87	21,87	18,06	0,77	105,54	709,98	105	104,1	392,6	5,4	98,67	1555,35	2,34	0,38	8,33
Полдник																
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Апельсин сб.2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Полдник'		8,54	0,67	6,01	0,17	69,91	362,83	48,73	20,57	80,31	1,09	26,89	55,07	1,29	0,12	43,76
Ужин																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	60	1,36	0,49	3,04	0,14	6,30	56,53	9,81	12,38	31,37	0,44	5,76	376,2	1,4	0,04	2,49
Запеканка капустная с маслом №163, сб. 2021	220	8,74	1,68	20,74	0,00	33,73	348,37	105,8	37,07	107,8	1,82	99,04	114,43	5,5	0,09	57,31
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
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
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'		12,89	3,62	25,53	0,35	51,01	474,64	173,2	62,15	197,4	2,76	113,8	507,18	7,2	0,17	60,06
Итого за день		72,82	32,92	71,29	2,07	327,59	2205,85	619,8	272,1	996,9	14,5	380,3	2284,51	12,2	0,97	117

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 24.01.2025 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	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	240	9,56	4,40	12,00	0,00	42,24	312,65	190	54,81	217,4	1,36	85,35	95,54	0,36	0,19	0,33
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 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
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'		18,12	7,50	23,69	0,79	108,17	710,50	324,5	94,39	362,7	5,47	155,2	182,84	1,44	0,33	4,85
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	100	1,18	0,00	0,07	0,00	20,19	78,94	19,99	27,93	40,43	0,53	0	1500	0,3	0,04	3,68
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	120	17,67	17,27	6,96	0,00	3,70	148,01	53,79	36,74	194,9	1,32	87,59	117,92	0,59	0,08	0,65
Вермишель отварная №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.	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'		40,91	24,76	20,71	0,97	125,59	835,34	127,4	126,7	465,9	6,45	119	1937,92	2,83	0,47	10,1
Полдник																
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Апельсин сб.2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Полдник'		8,54	0,67	6,01	0,17	69,91	362,83	48,73	20,57	80,31	1,09	26,89	55,07	1,29	0,12	43,76
Ужин																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	100	2,26	0,81	5,07	0,23	10,51	94,22	16,35	20,63	52,29	0,73	9,6	627	2,34	0,06	4,15
Запеканка капустная с маслом №163, сб. 2021	250	9,94	1,91	23,57	0,00	38,33	395,88	120,3	42,13	122,5	2,07	112,5	130,03	6,25	0,1	65,13
Чай с молоком №301, сб. shk. 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
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 'Ужин'		16,70	4,17	30,61	0,67	70,95	612,69	199,5	83,08	254	3,79	131,1	773,61	9,18	0,24	69,54
Итого за день		84,26	37,09	81,02	2,59	374,62	2521,36	700,2	324,8	1163	16,8	432,2	2949,44	14,74	1,16	128,3

Запроизводством: Б.Р.Баев (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Кузьмина О.В. (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КНИИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 24.01.2025 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 пшенная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
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.	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
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	80	6,24	0,54	4,68	0,00	42,61	236,25	18,95	8,88	50,84	0,68	21,51	39,39	0,91	0,07	0,03
Итого за 'Завтрак'		18,34	6,88	16,75	0,26	102,69	628,65	273,3	70,79	314,9	2,33	97,52	133,04	1,53	0,28	0,79
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	60	0,71	0,00	0,04	0,00	12,11	47,36	12	16,76	24,26	0,32	0	900	0,18	0,03	2,21
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб. 2021 г.	225	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73
Рыба запеченная в омлете №81, сб. 2021	100	14,73	14,39	5,80	0,00	3,09	123,34	44,83	30,62	162,4	1,1	72,99	98,27	0,49	0,07	0,54
Вермишель отварная №227, сб. 2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0
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
Апельсин сб. 2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Обед '		36,23	21,87	18,38	1,11	109,70	736,21	136,5	115,2	413,9	8,22	98,67	1261,04	2,61	0,42	54,2
Итого за день		54,57	28,75	35,14	1,37	212,39	1364,86	409,8	186	728,8	10,6	196,2	1394,08	4,14	0,7	54,99

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 24.01.2025 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																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
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
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04
Итого за 'Завтрак'		21,45	7,02	18,12	0,46	123,45	735,83	282,6	79,48	344,7	2,89	102,9	142,89	2,02	0,33	0,8
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	100	1,18	0,00	0,07	0,00	20,19	78,94	19,99	27,93	40,43	0,53	0	1500	0,3	0,04	3,68
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	120	17,67	17,27	6,96	0,00	3,70	148,01	53,79	36,74	194,9	1,32	87,59	117,92	0,59	0,08	0,65
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
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.	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.	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.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Обед'		42,58	24,76	21,07	1,33	134,31	879,72	163,3	144	497,2	9,42	119	1943,63	3,18	0,52	56,71
Итого за день		64,03	31,78	39,18	1,79	257,77	1615,55	445,9	223,5	841,9	12,3	221,9	2086,52	5,2	0,85	57,51

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)