

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

МЕНЮ на 24.09.2024 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																
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	210	3,70	3,05	4,29	0,00	15,57	114,77	112	18,27	98,94	0,21	18,55	34,07	0,07	0,04	0,55
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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Итого за 'Завтрак'		17,94	12,28	21,77	0,59	76,47	564,96	481	76,52	333,8	3,15	320,4	259,92	1,27	0,49	12,27
Обед																
Салат из свежих огурцов № 14	60	0,48	0,00	2,70	0,00	2,47	34,54	13,07	7,06	22,51	0,32	0	4,86	1,39	0,01	2,3
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	200	9,39	7,55	8,40	0,00	13,87	167,29	15,52	22,55	110,4	1,67	16,8	179,46	0,4	0,08	3,68
Филе горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87
Картофель по деревенски № 625 сб. Опищенко Г.Г.	150	4,09	0,00	6,63	0,87	35,03	214,34	19,26	43,54	109,9	1,71	0	6,58	3,15	0,19	17,4
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		32,39	20,18	24,70	1,44	106,58	768,25	96,4	116,5	403,3	5,04	22,26	204,22	6,14	0,4	39,05
Полдник																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,67	20,25	12,53	0,15	31,28	319,60	154,9	23,26	205,3	0,66	58,57	111,86	0,55	0,04	0,11
Кефир №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 'Полдник'		25,79	25,36	18,18	0,15	38,34	422,44	366,6	47,95	372,9	0,84	93,85	151,46	0,55	0,1	1,35
Ужин																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	90	1,06	0,00	8,00	0,00	10,82	114,95	22,36	25,5	42,8	0,55	0	1440	4,28	0,04	1,98
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,81	5,32	15,87	0,00	34,67	325,45	210,4	18,56	163,4	0,92	112,8	125,96	0,99	0,07	0,14
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	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
Итого за 'Ужин'		16,40	6,77	25,67	0,35	75,23	592,98	285,8	50,15	245,3	1,53	118,8	1576,96	5,26	0,12	2,38
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.	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 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		99,29	70,70	96,39	2,66	312,38	2491,96	1455	321,1	1532	11	580,6	2238,92	13,39	1,18	56,14

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 24.09.2024 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ОЦ, 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	C,мг
Завтрак																
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65
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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0
кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Итого за 'Завтрак'		18,65	12,86	22,59	0,59	79,44	586,82	502,4	80	352,6	3,19	323,9	266,41	1,28	0,5	12,37
Обед																
Салат из свежих огурцов № 14	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	250	9,92	7,61	8,93	0,00	17,34	187,71	18,53	26,1	120,6	1,82	21	224,33	0,46	0,1	4,6
Филе горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08	3,44
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		39,27	22,77	29,92	1,92	136,27	959,69	120,4	143,9	488,3	6,17	27,55	255,49	8,09	0,49	45,56
Полдник																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	200	25,06	24,54	15,19	0,19	37,92	387,39	187,7	28,19	248,9	0,8	70,99	135,59	0,66	0,05	0,14
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Итого за 'Полдник'		30,74	30,23	21,46	0,19	45,76	501,66	422,9	55,63	435,1	1	110,2	179,59	0,66	0,11	1,51
Ужин																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	120	1,41	0,00	10,67	0,00	14,42	153,27	29,81	34	57,07	0,73	0	1920	5,7	0,05	2,64
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	12,01	5,91	17,63	0,00	38,53	361,61	233,8	20,62	181,5	1,02	125,3	139,96	1,1	0,08	0,16
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	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
Итого за 'Ужин'		19,44	7,36	30,28	0,53	91,88	712,54	316,7	60,71	277,8	1,82	131,3	2070,96	6,8	0,14	3,06
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.	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 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		114,87	79,33	110,32	3,36	369,10	2904,05	1588	370,2	1730	12,6	618,3	2818,8	17,01	1,32	63,59

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 24.09.2024 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
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	150	8,57	4,00	12,78	0,00	28,89	265,36	158,7	14,55	126,2	0,76	90,5	101	0,82	0,06	0,11
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 №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 'Завтрак '		18,68	11,16	20,94	0,33	65,98	526,34	451,2	66,96	386,2	2,13	131,9	156,07	1,26	0,18	1,65
Обед																
Салат из свежих огурцов № 14	60	0,48	0,00	2,70	0,00	2,47	34,54	13,07	7,06	22,51	0,32	0	4,86	1,39	0,01	2,3
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	200	9,39	7,55	8,40	0,00	13,87	167,29	15,52	22,55	110,4	1,67	16,8	179,46	0,4	0,08	3,68
Филе горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	150	4,09	0,00	6,63	0,87	35,03	214,34	19,26	43,54	109,9	1,71	0	6,58	3,15	0,19	17,4
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	48	3,58	0,00	0,42	0,42	22,06	108,21	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16
Итого за 'Обед'		33,63	20,18	25,41	2,15	128,82	864,17	122	130,9	420,9	8,56	22,26	212,22	6,46	0,44	55,05
Итого за день		52,31	31,34	46,35	2,47	194,80	1390,51	573,2	197,9	807,1	10,7	154,2	368,29	7,71	0,63	56,71

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 24.09.2024 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																
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,28	4,79	15,34	0,00	34,67	318,43	190,4	17,46	151,4	0,91	108,6	121,2	0,98	0,07	0,13
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 №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
Кефир №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 '		21,77	12,81	24,51	0,39	76,31	612,59	519,7	76,15	445,1	2,44	155,9	182,87	1,51	0,21	1,88
Обед																
Салат из свежих огурцов № 14	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	250	9,92	7,61	8,93	0,00	17,34	187,71	18,53	26,1	120,6	1,82	21	224,33	0,46	0,1	4,6
Филе горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08	3,44
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16
Итого за 'Обед'		41,17	22,77	30,72	2,72	162,80	1076,17	147,5	160,5	511,6	9,82	27,55	263,49	8,5	0,55	61,56
Итого за день		62,94	35,58	55,22	3,11	239,11	1688,76	667,1	236,6	956,6	12,3	183,4	446,36	10,01	0,76	63,44

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)