

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

МЕНЮ на 24.10.2024 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																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	180	34,88	32,64	7,37	0,00	44,30	382,60	216,6	41,11	298,2	0,84	50,4	57,49	0,45	0,09	0,53
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.	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
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	80	1,73	0,00	3,62	0,02	10,61	77,09	43,24	16,21	32,42	0,59	0	162,7	1,9	0,03	16,68
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'		41,63	34,09	13,07	0,56	94,56	654,55	334,1	82,18	412,2	4,93	59,4	236,69	3,03	0,2	21,47
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2024 годаТК № 8	60	0,55	0,00	4,88	4,88	2,52	55,37	10,05	9,83	18,58	0,44	0	45,41	2,36	0,03	10,48
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73
Куры отварные, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	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
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	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'		36,36	20,41	32,13	5,61	95,80	797,22	290,1	207,7	448,1	8,71	188,3	477,93	4,25	0,82	26,99
Полдник																
Ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8
Итого за 'Полдник'		9,78	6,30	15,05	0,67	51,94	379,34	285,8	45,33	223,5	3,91	43,16	56,84	0,34	0,12	18,31
Ужин																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	60	0,93	0,00	0,06	0,06	6,80	27,56	22,95	13,65	26,67	0,87	0	1,27	0,06	0,01	2,22
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	200	14,58	11,96	13,86	0,52	26,88	288,53	23,1	45,6	173,5	1,93	20,05	101,82	2,05	0,09	1,03
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
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
Итого за 'Ужин'		20,25	15,00	16,99	0,83	60,74	467,44	158,1	80,2	303,3	3,49	32,05	125,14	2,44	0,17	3,77
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.	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
Итого за 'второй ужин'		7,29	6,11	6,13	0,20	19,13	159,37	227	32,13	182	0,58	25,28	46,35	0,26	0,09	1,1
Итого за день		115,30	81,92	83,37	7,87	322,17	2457,93	1295	447,5	1569	21,6	348,2	942,96	10,31	1,4	71,64

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Мелесстра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 24.10.2024 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	200	38,76	36,27	8,19	0,00	49,22	425,12	240,6	45,67	331,3	0,94	56	63,88	0,5	0,1	0,59
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.	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
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	100	2,16	0,00	4,52	0,02	13,27	96,36	54,05	20,26	40,52	0,74	0	203,38	2,37	0,03	20,85
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'		46,45	37,72	14,86	0,63	105,51	732,38	370,5	92,96	459,1	5,3	65	283,75	3,64	0,23	25,7
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2024 годаТК № 8	65	0,59	0,00	5,29	5,29	2,73	59,98	10,88	10,65	20,13	0,47	0	49,19	2,56	0,03	11,36
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Кисель "Витонка" 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
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'		50,66	32,39	46,97	6,30	117,76	1071,96	313,4	259,3	634,8	11,3	231,4	595,66	5,13	0,99	30,14
Полдник																
Ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8
Итого за 'Полдник'		9,78	6,30	15,05	0,67	51,94	379,34	285,8	45,33	223,5	3,91	43,16	56,84	0,34	0,12	18,31
Ужин																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	100	1,55	0,00	0,09	0,09	11,33	45,93	38,25	22,75	44,46	1,45	0	2,11	0,11	0,02	3,69
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	200	14,58	11,96	13,86	0,52	26,88	288,53	23,1	45,6	173,5	1,93	20,05	101,82	2,05	0,09	1,03
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
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
Итого за 'Ужин'		21,55	15,00	17,12	0,96	69,67	506,59	175,8	92,61	330,7	4,3	32,05	126,01	2,61	0,19	5,25
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.	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
Итого за 'второй ужин'		7,29	6,11	6,13	0,20	19,13	159,37	227	32,13	182	0,58	25,28	46,35	0,26	0,09	1,1
Итого за день		135,72	97,53	100,12	8,76	364,00	2849,64	1373	522,3	1830	25,4	396,9	1108,62	11,97	1,61	80,49

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

Уфимская КШ
Б.Р.Б.

МЕНЮ на 24.10.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

100-443887-1

(Хурматуллина Р.М.)

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 24.10.2024 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	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	200	38,76	36,27	8,19	0,00	49,22	425,12	240,6	45,67	331,3	0,94	56	63,88	0,5	0,1	0,59
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.	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
Ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Итого за 'Завтрак'		49,55	43,98	17,05	0,41	80,27	675,35	561,4	94,91	609,6	1,98	108,2	128,82	1,07	0,24	2,36
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2024 годаТК № 8	65	0,59	0,00	5,29	5,29	2,73	59,98	10,88	10,65	20,13	0,47	0	49,19	2,56	0,03	11,36
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	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
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
Итого за 'Обед'		50,74	32,39	46,99	6,31	118,27	1074,33	313,8	259,9	636,7	11,4	231,4	595,67	5,15	0,99	30,14
Итого за день		100,29	76,37	64,03	6,72	198,54	1749,67	875,2	354,8	1246	13,4	339,5	724,5	6,22	1,23	32,5

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)