

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

МЕНЮ на 24.11.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша овсяная молочная/жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51	
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 с сыром №4, сб.2021г.	80/20	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	
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'		19,34	9,42	17,25	0,72	93,06	595,83	414,2	98,05	425,6	5,64	98,66	115,47	1,69	0,32	4,91	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
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	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушенная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0	
Итого за 'Обед'		24,46	14,40	32,48	13,56	83,84	703,34	135,9	97,44	309,5	5,01	29,33	656,15	13,1	0,31	38,19	
Полдник																	
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,73	20,25	12,53	0,15	40,29	353,95	156,7	24,17	206,5	0,83	58,57	111,86	0,55	0,04	0,14	
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	
Итого за 'Полдник'		24,00	23,15	15,67	0,15	54,64	449,03	265,3	45,22	298,5	1,4	70,57	133,93	0,55	0,07	0,66	
Ужин																	
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31	
Макаронные изделия 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	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
Итого за 'Ужин'		13,11	0,02	13,17	1,22	119,96	635,09	82,29	81,22	175,3	6,78	17,22	1964,12	6,06	0,27	19,81	
перед сном																	
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	
вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0	
Итого за 'перед сном'		5,10	4,26	5,69	0,00	30,00	189,03	181,2	23,58	150,5	0,6	30	33,9	0,21	0,05	1,03	
Итого за день		86,02	51,26	84,26	15,65	381,50	2572,32	1079	345,5	1359	19,4	245,8	2903,57	21,61	1,02	64,6	

Зав.производством: _____

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____

О.В.

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 24.11.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51		
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 с сыром №4, сб.2021г	100/30	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		
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'		19,34	9,42	17,25	0,72	93,06	595,83	414,2	98,05	425,6	5,64	98,66	115,47	1,69	0,32	4,91		
Обед																		
Обед																		
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51		
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		
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06		
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27		
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5		
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	120	0,97	0,00	0,18	0,18	6,13	28,43	5,15	6,91	23,23	0,57	0	0,15	0,21	0,03	0		
Итого за 'Обед'		27,29	14,79	36,27	13,72	95,35	791,24	162,1	115,4	357,5	5,94	36,66	816,28	14,67	0,38	46		
Полдник																		
Полдник																		
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	200/20	27,64	27,00	16,71	0,20	53,72	471,93	209	32,22	275,3	1,11	78,09	149,15	0,73	0,06	0,19		
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		
Итого за 'Полдник'		30,91	29,90	19,84	0,20	68,07	567,01	317,6	53,28	367,3	1,68	90,09	171,22	0,74	0,09	0,71		
Ужин																		
Ужин																		
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31		
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	200	7,07	0,03	4,70	0,00	45,53	252,08	11,96	9,48	52,44	0,96	19,14	35,3	1,08	0,08	0		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0		
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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
Итого за 'Ужин'		14,85	0,03	13,77	1,35	131,25	692,37	86,49	86,48	191,9	7,14	19,14	1967,65	6,34	0,3	19,81		
перед сном																		
перед сном																		
Кефир №297 сб. 2021	163	4,63	4,63	5,11	0,00	6,39	93,13	191,7	22,36	151,8	0,16	31,95	35,86	0	0,05	1,12		
вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0		
Итого за 'перед сном'		5,47	4,63	6,10	0,00	30,51	196,46	196,5	25,36	162,6	0,61	32,55	36,76	0,21	0,06	1,12		
Итого за день		97,86	58,76	93,24	16,00	418,24	2842,92	1177	378,6	1505	21	277,1	3107,38	23,64	1,14	72,55		

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 24.11.2022г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг			
Завтрак																			
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	150/20	27,52	24,59	18,57	0,00	46,33	461,95	222,4	37,13	296,5	1,3	118,2	136,18	0,83	0,09	0,46			
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 с сыром №4, сб.2021г.	50/20	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			
Салат из свеклы с яблоками №27, сб.2021	60	0,61	0,00	2,98	0,00	6,12	51,04	16,21	9,09	16,72	0,87	0	1,67	0,07	0,01	2,52			
Итого за 'Завтрак'		38,96	31,20	28,75	0,52	90,78	772,43	499,7	80,34	515,4	3,42	165,3	196,45	1,68	0,2	3,37			
Обед																			
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01			
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			
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06			
Капуста тушенная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89			
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5			
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.	48	0,39	0,00	0,07	0,07	2,45	11,37	2,06	2,76	9,29	0,23	0	0,06	0,08	0,01	0			
Итого за 'Обед'		26,27	14,40	32,69	13,77	95,69	759,92	140,6	104,2	326	5,38	29,33	656,11	13,39	0,34	38,19			
Итого за день		65,23	45,60	61,44	14,29	186,47	1532,35	640,3	184,6	841,5	8,81	194,7	852,55	15,07	0,55	41,56			

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

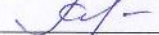
Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 24.11.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	200/25	36,43	32,55	24,58	0,00	61,32	611,41	294,4	49,14	392,4	1,72	156,4	180,24	1,1	0,12	0,61
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 с сыром №4, сб.2021г	60/30	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
Салат из свеклы с яблоками №27, сб.2021	80	0,81	0,00	3,98	0,00	8,16	68,06	21,61	12,12	22,3	1,16	0	2,22	0,1	0,01	3,36
Итого за "		48,07	39,16	35,75	0,52	107,81	938,90	577,1	95,38	616,9	4,13	203,6	241,06	1,97	0,24	4,36
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01
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
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5
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'		29,27	14,40	34,50	14,04	111,19	847,20	165	121,5	367,8	6,32	32,16	728,94	14,17	0,41	45,5
Итого за день		77,34	53,56	70,25	14,57	219,00	1786,10	742	216,8	984,8	10,5	235,7	970	16,14	0,65	49,86

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)