


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



МЕНЮ на 25.09.2023г. 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	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	150	3,78	2,23	6,05	0,00	23,67	163,27	93,92	21,14	97,52	0,32	39,8	44,84	0,13	0,04	0,4	
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	
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	
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'		13,68	5,17	18,11	0,84	95,83	590,00	254,1	83,24	283,2	5,76	109,6	133,48	1,28	0,2	7,14	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021	225	8,89	7,50	10,58	0,16	8,53	162,42	35,99	24,24	107,9	1,63	30,88	195,62	0,34	0,06	9,61	
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	100/40	14,81	13,71	9,91	0,05	16,55	213,82	29,32	31,43	167,9	1,15	20,51	144,1	4,48	0,08	1,59	
Макаронные изделия отварные №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	
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	
Итого за 'Обед'		32,24	21,23	24,47	0,65	95,04	721,23	310,2	97,74	359,1	4,69	167,7	449,26	6,47	0,6	37,4	
Полдник																	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
мармелад сб.2021	50	0,20	0,00	0,00	0,00	38,30	145,98	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Полдник'		6,66	6,11	6,65	0,72	68,19	344,85	251,3	41,86	184,8	4,14	25,28	55,35	0,36	0,11	19,1	
Второй ужин																	
Зразы рубленые из филе кур с омлетом и овощами №137, сб.2021	90	12,24	12,48	10,82	0,00	7,12	173,57	39,49	18,46	118,6	1,17	27,26	235,02	0,57	0,05	0,58	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,00	25,01	192,26	23,32	34,99	87,82	1,35	42,48	393,05	0,39	0,13	12,12	
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0	
Итого за "		15,67	12,54	20,10	0,06	33,72	373,53	64,09	55,18	212,3	2,67	69,74	628,11	1,02	0,19	12,7	
второй ужин																	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0	
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26	
Итого за 'второй ужин'		5,62	5,22	5,83	0,07	9,75	116,69	217,9	28,05	180,5	0,42	35,97	40,43	0,09	0,06	1,26	
Итого за день		73,87	50,27	75,16	2,35	302,54	2146,30	1098	306,1	1220	17,7	408,4	1306,64	9,22	1,16	77,59	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)


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



МЕНЮ на 25.09.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	150	3,78	2,23	6,05	0,00	23,67	163,27	93,92	21,14	97,52	0,32	39,8	44,84	0,13	0,04	0,4	
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.	45/5	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	
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	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		12,80	5,17	17,91	0,64	98,21	591,11	240,1	75,24	269,2	2,96	109,6	133,48	1,08	0,18	3,14	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021	200/25	8,89	7,50	10,58	0,16	8,53	162,42	35,99	24,24	107,9	1,63	30,88	195,62	0,34	0,06	9,61	
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	130	13,75	12,73	9,20	0,04	15,37	198,55	27,22	29,19	155,9	1,07	19,04	133,8	4,16	0,07	1,48	
Макаронные изделия отварные №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	
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.	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
Итого за 'Обед'		31,26	20,25	24,42	1,31	110,45	772,87	336	110,2	364,8	8,53	166,3	448,03	6,42	0,63	55,29	
Итого за день		44,05	25,42	42,33	1,95	208,67	1363,98	576,1	185,4	634	11,5	275,9	581,51	7,51	0,81	58,43	


Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 25.09.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																	
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48	
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.	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	
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	
мармелад сб.2021	50	0,20	0,00	0,00	0,00	38,30	145,98	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		13,63	5,62	19,12	0,64	118,27	682,15	258,9	79,47	288,7	3,02	117,6	142,45	1,11	0,18	3,22	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г.	250/25	9,29	7,56	11,66	0,20	10,66	181,62	44,12	28,22	117,3	1,77	38,6	244,52	0,38	0,08	12,01	
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	100/40	14,81	13,71	9,91	0,05	16,55	213,82	29,32	31,43	167,9	1,15	20,51	144,1	4,48	0,08	1,59	
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	
кисель "Витопшка" 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.	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.	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
Итого за 'Обед'		34,47	21,29	27,01	1,45	125,09	866,41	350,4	121,2	404,1	9,14	178,3	512,55	7,07	0,68	57,8	
Итого за день		48,10	26,90	46,13	2,09	243,36	1548,56	609	201	693	12	296	655	8,18	0,86	61	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)