

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

МЕНЮ на 25.11.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша пшеничная 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	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		16,52	6,76	21,69	0,79	101,13	655,39	278,9	77,26	312,5	2,44	140,9	166,92	1,18	0,28	0,79	
Обед																	
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	200	1,68	0,21	4,36	0,21	10,37	85,12	24,12	17,01	43,32	0,62	30,88	198,58	0,18	0,06	6,83	
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25	
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	180	7,79	1,30	10,75	0,56	29,16	241,72	40,14	37,53	111,3	1,77	46,84	93,57	0,47	0,15	16,91	
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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'		27,68	17,45	19,48	0,89	87,42	617,63	117,9	98,43	336,4	4,02	86,02	777,86	3,74	0,32	29,06	
Полдник																	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
Итого за 'Полдник'		15,63	12,17	11,47	0,00	37,38	317,00	202,6	38,62	235,4	1,52	35,64	80,3	1,01	0,11	2	
Ужин																	
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05	
Свекла тушеная № 146, сб. 2021	150	2,33	0,03	3,88	0,00	18,79	110,21	53,08	31,22	63,12	2	26,65	43,47	0,23	0,03	5	
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	
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	
груша ТК № 5	205	0,61	0,00	0,46	0,46	20,01	77,41	29,02	18,33	24,44	3,51	0	3,05	0,61	0,03	7,64	
Итого за 'Ужин'		21,09	13,89	11,44	1,25	86,16	510,59	124,9	87,45	253,4	7,45	29,24	54,44	1,85	0,18	12,69	
Итого за день		80,92	50,28	64,08	2,92	312,09	2100,62	724,3	301,8	1138	15,4	291,9	1079,52	7,78	0,89	44,54	

Зав.производством:

Хурматуллина Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кузьмина О.В.

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 25.11.2022г. 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	РЭ,мгг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша пшеничная 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.	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	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		16,52	6,76	21,69	0,79	101,13	655,39	278,9	77,26	312,5	2,44	140,9	166,92	1,18	0,28	0,79	
Обед																	
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	2,11	0,26	5,45	0,26	12,96	106,40	30,15	21,26	54,14	0,78	38,6	248,22	0,23	0,08	8,53	
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	120	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25	
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	180	7,79	1,30	10,75	0,56	29,16	241,72	40,14	37,53	111,3	1,77	46,84	93,57	0,47	0,15	16,91	
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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'		28,72	17,50	21,54	1,00	94,62	667,07	132,9	108,7	361,1	4,55	93,74	928,19	4,34	0,35	32,03	
Полдник																	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
Итого за 'Полдник'		16,84	13,38	11,91	0,00	39,12	333,35	239	43,03	263,3	1,55	38,58	83,3	1,01	0,12	2,18	
Ужин																	
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05	
Свекла тушеная № 146, сб. 2021	150	2,33	0,03	3,88	0,00	18,79	110,21	53,08	31,22	63,12	2	26,65	43,47	0,23	0,03	5	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	0	
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	
груша ТК № 5	205	0,61	0,00	0,46	0,46	20,01	77,41	29,02	18,33	24,44	3,51	0	3,05	0,61	0,03	7,64	
Итого за 'Ужин'		22,12	13,89	11,57	1,38	92,90	542,67	128	91,76	264,7	7,71	29,24	54,44	2,03	0,2	12,69	
Итого за день		84,20	51,54	66,71	3,17	327,77	2198,49	778,7	320,7	1202	16,3	302,5	1232,85	8,56	0,95	47,69	

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 25.11.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	180	2,58	2,74	2,53	0,00	13,42	84,39	95,28	10,96	70,47	0,1	10,8	19,8	0	0,03	0,47	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	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	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93	
Итого за 'Завтрак'		27,28	16,69	28,63	0,59	102,84	775,20	428	100	479	3,4	154	214,2	1,94	0,34	2,49	
Обед																	
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	200	1,68	0,21	4,36	0,21	10,37	85,12	24,12	17,01	43,32	0,62	30,88	198,58	0,18	0,06	6,83	
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25	
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	150	6,49	1,08	8,96	0,47	24,30	201,43	33,45	31,28	92,71	1,47	39,03	77,97	0,4	0,12	14,09	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	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	
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	
груша ТК № 5	205	0,61	0,00	0,46	0,46	20,01	77,41	29,02	18,33	24,44	3,51	0	3,05	0,61	0,03	7,64	
Итого за 'Обед'		29,45	17,23	18,56	1,67	102,22	669,81	144	117	359	7,6	78,2	765,3	4,57	0,36	33,9	

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 25.11.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2		
Кофейный напиток на молоке №304, сб. 2021	180	2,58	2,74	2,53	0,00	13,42	84,39	95,28	10,96	70,47	0,1	10,8	19,8	0	0,03	0,47		
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		
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88		
Учпочмак (треугольник) №273 сб. 2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93		
Итого за 'Завтрак'		27,28	16,69	28,63	0,59	102,84	775,20	427,9	100,5	478,8	3,44	154,1	214,23	1,94	0,34	2,49		
Обед																		
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07		
Суп из овощей №67, сб. 2014 г.	250	2,11	0,26	5,45	0,26	12,96	106,40	30,15	21,26	54,14	0,78	38,6	248,22	0,23	0,08	8,53		
Филе минтая припущенное №79, сб. 2021	100	17,81	17,71	0,68	0,00	0,82	80,10	23,15	27,29	157,7	0,51	9,23	92,3	1,13	0,08	0,27		
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	150	6,49	1,08	8,96	0,47	24,30	201,43	33,45	31,28	92,71	1,47	39,03	77,97	0,4	0,12	14,09		
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
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		
груша ТК № 5	205	0,61	0,00	0,46	0,46	20,01	77,41	29,02	18,33	24,44	3,51	0	3,05	0,61	0,03	7,64		
Итого за 'Обед'		32,86	19,06	19,88	1,88	112,76	736,39	156,6	129,8	401,1	8,12	86,86	824,18	4,94	0,41	35,61		
Итого за день		60,14	35,75	48,52	2,47	215,60	1511,59	584,5	230,3	879,9	11,6	241	1038,41	6,88	0,74	38,09		

Завпроизводством:

[Подпись]

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

[Подпись]

(Кузьмина О.В.)