

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



МЕНЮ на 26.01.2023г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- 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																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	180/20	32,36	28,93	21,85	0,00	52,18	534,60	261,2	43,44	348,5	1,48	139	160,21	0,98	0,1	0,52	
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 '		40,92	32,03	33,54	0,79	118,11	929,45	381,7	75,02	479,8	2,79	208,9	247,51	1,86	0,23	1,04	
Обед																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76	
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
Гуляш №96, сб.2021	60/60	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33	
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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 '		26,15	16,22	33,53	0,24	120,09	862,85	113,8	135,1	405,9	6,32	42,86	1674,08	8,01	0,2	7,23	
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	
конфеты шоколадные сб.2021	49,5	0,68	0,00	3,24	0,00	36,81	171,74	8,1	12,15	18,45	0,72	0	0	0	0	0	
банан сб.2021г. ТК № 5	215	3,15	0,00	1,05	1,05	47,67	200,55	16,8	88,2	58,8	1,26	0	42	0,84	0,08	21	
Итого за "		9,57	6,11	10,22	1,05	93,49	483,54	247,4	126	242,2	2,16	25,28	88,35	0,84	0,15	22,1	
Ужин																	
Салат из свеклы с солеными огурцами №28, сб.2021	80	1,09	0,00	4,09	0,00	7,69	67,74	25,53	15,03	29,19	0,93	0	1,91	2,09	0,01	3,09	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	250	4,57	0,08	19,34	0,00	28,52	300,15	43,91	33,77	82,02	1,39	44,93	238,86	5,15	0,09	5,54	
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	
Вак-беляш №274, сб. 2021	100	11,27	6,65	11,15	0,00	25,21	245,45	25,99	18,76	106,5	1,45	25,56	47,6	0,88	0,08	2,79	
Итого за 'Ужин'		18,48	8,18	36,03	0,00	72,77	675,74	148,5	73,65	256,8	3,85	76,49	299,37	8,13	0,2	11,68	
второй ужин																	
снежок №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	
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 'второй ужин'		6,84	4,26	5,03	0,33	22,74	165,90	183,9	31,36	168,1	0,8	29,4	33	0,43	0,1	1,03	
Итого за день		101,97	66,80	118,36	2,41	427,20	3117,48	1075	441,1	1553	15,9	382,9	2342,32	19,27	0,87	43,08	

Зав.производством:

Handwritten signature

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Handwritten signature

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 26.01.2023г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,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		
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.	115/10	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'		44,98	35,64	36,27	0,79	127,25	1006,26	414,9	80,73	523,7	3,03	226,2	267,54	1,98	0,24	1,13		
Обед																		
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2		
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,17	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97		
Гуляш №96, сб.2021	60/60	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33		
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18		
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'		26,71	16,22	35,37	0,47	124,54	897,87	120,5	143	423,2	6,64	42,86	1994,13	9,03	0,22	7,67		
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		
конфеты шоколадные сб.2021	49,5	0,68	0,00	3,24	0,00	36,81	171,74	8,1	12,15	18,45	0,72	0	0	0	0	0		
банан сб.2021г. ТК № 5	215	3,15	0,00	1,05	1,05	47,67	200,55	16,8	88,2	58,8	1,26	0	42	0,84	0,08	21		
Итого за 'Полдник'		9,57	6,11	10,22	1,05	93,49	483,54	247,4	126	242,2	2,16	25,28	88,35	0,84	0,15	22,1		
Ужин																		
Салат из свеклы с солеными огурцами №28, сб.2021	80	1,09	0,00	4,09	0,00	7,69	67,74	25,53	15,03	29,19	0,93	0	1,91	2,09	0,01	3,09		
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	250	4,57	0,08	19,34	0,40	28,52	300,15	43,91	33,77	82,02	1,39	44,93	238,86	5,15	0,09	5,54		
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		
Вак-беляш №274, сб. 2021	100	11,27	6,65	11,15	0,13	25,21	245,45	25,99	18,76	106,5	1,45	25,56	47,6	0,88	0,08	2,79		
Итого за 'Ужин'		18,48	8,18	36,03	0,53	72,77	675,74	148,5	73,65	256,8	3,85	76,49	299,37	8,13	0,2	11,68		
второй ужин																		
снежок №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		
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		
Итого за 'второй ужин'		8,73	5,12	6,10	0,46	30,65	215,12	222,2	39,79	207,4	1,09	35,28	39,6	0,61	0,13	1,23		
Итого за день		108,47	71,27	123,99	3,30	448,71	3278,52	1154	463,2	1653	16,8	406,2	2689	20,59	0,93	43,81		

Завпроизводством:

Handwritten signature

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Handwritten signature

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 26.01.2023г. 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	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка 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	
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.	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	
снежок №97 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'		39,34	31,95	34,77	0,59	97,54	859,03	519,4	89,29	567,5	2,76	217,4	256,48	1,71	0,26	2,01	
Обед																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76	
Свскольни №70 сб.2021	200	1,98	0,22	3,58	0,14	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97	
Гуляш №96, сб.2021	60/60	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33	
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	150	3,59	0,02	3,79	0,00	37,96	200,86	4,52	24,75	73,4	0,51	23,92	26,47	0,25	0,04	0	
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 ржанопшеничный "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	
Вак-беляш №274, сб. 2021	100	11,27	6,65	11,15	0,13	25,21	245,45	25,99	18,76	106,5	1,45	25,56	47,6	0,88	0,08	2,79	
Итого за 'Обед'		37,80	22,81	43,32	0,80	127,70	1036,48	98,65	122	469,7	6,82	60,81	1552,17	7,8	0,28	8,85	
Итого за день		77,14	54,76	78,08	1,38	225,25	1895,51	618	211,3	1037	9,58	278,2	1808,65	9,52	0,54	10,86	

Завпроизводством: Jal (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Os (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 26.01.2023г. 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																	
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	
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.	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	
снежок №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'		49,10	40,76	41,72	0,59	113,71	1025,62	626,6	105,4	691,3	3,21	261,5	307,14	1,98	0,29	2,36	
Обед																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2	
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,17	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
Гуляш №96, сб.2021	60/60	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33	
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0	
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	
Вак-беляш №274, сб. 2021	100	11,27	6,65	11,15	0,13	25,21	245,45	25,99	18,76	106,5	1,45	25,56	47,6	0,88	0,08	2,79	
Итого за 'Обед'		40,46	22,87	46,91	0,99	149,12	1162,54	115,1	143,7	521,6	7,69	68,42	1924,07	9,06	0,34	10,28	
Итого за день		89,55	63,63	88,62	1,58	262,83	2188,16	741,7	249,1	1213	10,9	329,9	2231,21	11,05	0,63	12,65	

Запроизводством: Жа (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра О (Кузьмина О.В.)