

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

МЕНЮ на 26.01.2024г. 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 пшенная молочная жидкая №208, сб. 2021	170	6,77	3,12	8,50	0,00	29,92	221,46	134,6	38,82	154	0,97	60,45	67,68	0,26	0,13	0,45
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	0,26
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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	3,8
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'		21,04	12,44	17,72	0,72	92,69	607,35	292,2	81,87	381,6	6,09	202,5	224,88	1,46	0,29	8,51
Обед																
Салат из моркови с изюмом №18	80	0,94	0,00	0,06	0,00	16,15	63,15	15,99	22,34	32,34	0,42	0	1200	0,24	0,04	2
Борщ "Краснодарский" №211, сб. Онищенко Г.Г.	200	2,03	0,21	4,32	0,06	14,76	100,45	40,95	22,96	50,24	1,18	30,88	234,11	0,31	0,05	3,73
Фишболы из филе горбуши с томатным соусом №466 сб. Онищенко Г.Г.	100/40	17,99	17,31	13,57	0,05	16,55	259,44	26,22	31,43	161,8	1,21	26,27	160,1	4,96	0,12	1,27
спагетти 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	38,27
Компот из смеси сухофруктов №310, сб. шк. 2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Уныш" №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'		27,65	17,62	21,63	0,22	127,27	789,36	96,16	88,46	299,2	3,97	71,5	1620,77	6,45	0,29	45,27
Полдник																
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	70	7,46	4,94	5,45	0,01	19,88	158,37	107,4	14,44	101,2	0,71	20,8	48,51	0,67	0,05	1,51
йогурт №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	0
апельсин сб. 2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	7,93
Итого за 'Полдник'		14,14	10,06	11,44	0,36	44,78	338,27	378	61,66	308,7	1,41	56,08	101,97	1,02	0,17	9,44
Ужин																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб. Онищенко Г.Г.	60	1,36	0,49	3,04	0,14	6,30	56,53	9,81	12,38	31,37	0,44	5,76	376,2	1,4	0,04	2,22
Запеканка капустная с мясом №121, сб. 2021	200	19,60	14,36	17,72	0,00	28,60	343,63	152,7	57,93	237,8	2,42	83,77	113,29	0,65	0,11	1,14
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
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	0,52
Итого за 'Ужин'		24,98	16,29	22,65	0,49	53,95	508,54	222,9	87,18	336,8	3,56	98,53	505,99	2,53	0,21	3,87
Итого за день		87,80	56,42	73,44	1,79	318,69	2243,52	989,2	319,2	1326	15	428,6	2453,61	11,46	0,96	

Зав. производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.01.2024г. 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	P,мкг	TЭ,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 №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		
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0		
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'		23,26	12,99	19,35	0,85	104,72	678,50	318,9	93,03	420,2	6,53	213,1	236,82	1,68	0,34	4,79		
Обед																		
Салат из моркови с изюмом №18	100	1,18	0,00	0,07	0,00	20,19	78,94	19,99	27,93	40,43	0,53	0	1500	0,3	0,04	3,68		
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	250	2,53	0,26	5,40	0,08	18,46	125,56	51,19	28,71	62,8	1,47	38,6	292,63	0,38	0,06	21,35		
Фишболы из филе горбуши с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.2	120/50	21,84	21,01	16,47	0,06	20,10	315,04	31,84	38,16	196,5	1,47	31,9	194,4	6,02	0,15	1,92		
спагетти 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		
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0		
Хлеб пшеничный "Уныш" №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'		33,63	21,39	26,39	0,31	147,42	933,14	119,5	110,2	370,1	4,97	87,72	2018,95	7,88	0,36	26,94		
Полдник																		
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	100	10,66	7,06	7,79	0,02	28,40	226,24	153,4	20,62	144,6	1,02	29,72	69,3	0,96	0,07	1,27		
йогурт №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		
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104		
Итого за 'Полдник'		17,34	12,18	13,78	0,37	53,30	406,14	424	67,84	352	1,72	65	122,76	1,31	0,19	106,5		
Ужин																		
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	100	2,26	0,81	5,07	0,23	10,51	94,22	16,35	20,63	52,29	0,73	9,6	627	2,34	0,06	4,15		
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	220	21,57	15,79	19,49	0,00	31,46	377,99	168	63,73	261,6	2,67	92,14	124,61	0,71	0,12	30,81		
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		
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		
Итого за 'Ужин'		29,39	18,05	26,64	0,77	71,13	628,71	249,2	107,7	398,5	4,48	110,7	768,12	3,79	0,27	35,22		
Итого за день		103,62	64,61	86,16	2,30	376,56	2646,50	1112	378,8	1541	17,7	476,6	3146,65	14,66	1,16	173,4		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 26.01.2024г. 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																	
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24	
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 №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	
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	70	7,46	4,94	5,45	0,01	19,88	158,37	107,4	14,44	101,2	0,71	20,8	48,51	0,67	0,05	0,89	
Итого за 'Завтрак'		20,07	11,29	17,59	0,34	83,33	566,81	363,3	78,51	371	2,5	96,81	142,17	1,38	0,27	1,65	
Обед																	
Салат из моркови с изюмом №18	60	0,71	0,00	0,04	0,00	12,11	47,36	12	16,76	24,26	0,32	0	900	0,18	0,03	2,21	
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	200	2,03	0,21	4,32	0,06	14,76	100,45	40,95	22,96	50,24	1,18	30,88	234,11	0,31	0,05	17,08	
Фишболы из филе горбуши с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	100/40	17,99	17,31	13,57	0,05	16,55	259,44	26,22	31,43	161,8	1,21	26,27	160,1	4,96	0,12	1,58	
спагетти 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	
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	
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 пшеничный "Уныш" №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	
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104	
Итого за 'Обед'		30,52	17,54	22,27	0,92	128,59	819,35	167,6	118	355,8	7,36	71,5	1334,59	7,14	0,39	128,8	
Итого за день		50,59	28,83	39,86	1,26	211,92	1386,16	530,9	196,5	726,8	9,87	168,3	1476,76	8,52	0,66	130,5	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.01.2024г. 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	ГЭ,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 №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	
Пицца средиземноморская с мясом и сыром № 1091 сб Онищенко Г.Г.	100	10,66	7,06	7,79	0,02	28,40	226,24	153,4	20,62	144,6	1,02	29,72	69,3	0,96	0,07	1,27	
Итого за 'Завтрак'		24,59	13,78	20,99	0,41	98,74	676,78	426,6	91,42	438,2	3,05	112,8	170,92	1,78	0,32	2,06	
Обед																	
Салат из моркови с изюмом №18	100	1,18	0,00	0,07	0,00	20,19	78,94	19,99	27,93	40,43	0,53	0	1500	0,3	0,04	3,68	
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	250	2,53	0,26	5,40	0,08	18,46	125,56	51,19	28,71	62,8	1,47	38,6	292,63	0,38	0,06	21,35	
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	120/50	21,84	21,01	16,47	0,06	20,10	315,04	31,84	38,16	196,5	1,47	31,9	194,4	6,02	0,15	1,92	
спагетти 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	
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	
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 подовый "Уныш" №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	
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104	
Итого за 'Обед'		37,62	21,30	27,15	1,11	158,60	1006,73	197,2	148,7	442,7	8,64	87,72	2032,75	8,77	0,49	134,9	
Итого за день		62,20	35,08	48,15	1,52	257,34	1683,51	623,8	240,1	880,9	11,7	200,6	2203,67	10,55	0,81	137	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)