

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

МЕНЮ на 26.05.2022г. 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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	220	37,38	33,69	26,24	0,00	57,24	614,88	363,7	55,04	438	1,4	163,8	188,4	1,13	0,13	0,72	
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 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	
помидоры свежие порц.ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
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'		51,81	41,75	35,46	0,88	123,32	1014,21	705,4	128,1	727,9	6,67	217	364,47	2,67	0,32	25,38	
Обед																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,78	0,00	4,71	0,00	4,80	63,04	15,01	12,07	25,6	0,56	0	57,53	0,34	0,03	5,7	
Суп картофельный с бобовыми с курами №67, сб.2021	200/30	16,43	12,76	14,05	0,44	16,72	255,16	30,9	35,63	161,7	2,39	40,73	280,82	0,56	0,18	4,23	
Рыба, тушенная в томате с овощами №80, сб.2021	90/90	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08	3,44	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,68	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.лик.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 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'		38,89	28,08	38,81	1,26	110,35	919,57	113,3	135,8	478,8	6,1	103,9	873,58	2,56	0,48	29,53	
Полдник																	
Молоко кипяченое №99, 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	
Плошка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04	
апельсин сб.2021г.	247	1,83	0,00	0,41	0,41	20,99	90,64	69,28	26,49	46,87	0,61	0	16,3	0,41	0,08	122,3	
Итого за 'Полдник'		15,38	6,78	12,19	0,41	83,26	497,20	315,5	63,25	275,4	1,64	52,17	111,89	1,55	0,23	123,4	
Ужин																	
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	
Жаркое по-домашнему с курицей ТТК	300	22,76	20,17	25,67	8,78	30,50	441,49	37,92	57,25	262	3,17	41,64	102,88	4,81	0,18	5,89	
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 лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
Итого за 'Ужин'		28,08	20,17	33,35	9,30	76,62	710,46	72,54	97,9	346,8	4,76	41,64	1383,02	9,32	0,29	8,77	
перед сном																	
ряженка №297 сб. 2021	181,8	5,17	5,17	5,70	0,00	7,13	103,87	213,8	24,94	169,3	0,18	35,63	40	0	0,05	1,25	
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'перед сном'		8,01	5,21	13,17	0,00	30,95	275,62	213,8	24,94	169,3	0,18	35,63	40	0	0,05	1,25	
Итого за день		142,18	101,99	132,98	11,86	424,50	3417,05	1421	450	1998	19,4	450,3	2772,96	16,1	1,37	188,3	

Зав.производством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.05.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PD,мкг	TQ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Запеканка из творога №239 сб. 2021	220	37,38	33,69	26,24	0,00	57,24	614,88	363,7	55,04	438	1,4	163,8	188,4	1,13	0,13	0,72		
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 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		
помидоры свежие порц.ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25		
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'		52,03	41,75	35,50	0,92	124,36	1019,40	708,2	132,1	733,1	6,85	217	391,07	2,81	0,33	30,38		
Обед																		
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,78	0,00	4,71	0,00	4,80	63,04	15,01	12,07	25,6	0,56	0	57,53	0,34	0,03	5,7		
Суп картофельный с бобовыми с курами №67, сб.2021 г.	250/30	14,13	9,12	11,49	0,55	20,90	238,64	33,34	38,66	148,3	2,46	35,16	324,02	0,51	0,21	5,02		
Рыба, тушеная в томате с овощами №80, сб.2021	200	17,91	16,84	8,45	0,03	10,91	186,41	35,89	40,93	176,7	1,01	7,28	12,3	1,11	0,09	3,82		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,68	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16		
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	250	0,94	0,11	0,05	0,00	51,95	197,88	0,75	0	0	0,08	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'		38,88	26,15	37,16	1,43	128,05	970,74	121,2	145,2	490,8	6,48	99,08	918,06	2,69	0,52	30,7		
Полдник																		
Молоко кефирное №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		
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04		
апельсин сб.2021г.	247	1,83	0,00	0,41	0,41	20,99	90,64	69,28	26,49	46,87	0,61	0	16,3	0,41	0,08	122,3		
Итого за 'Полдник'		15,38	6,78	12,19	0,41	83,26	497,20	315,5	63,25	275,4	1,64	52,17	111,89	1,55	0,23	123,4		
Ужин																		
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		
Жаркое по-домашнему с курицей ТТК	300	22,76	20,17	25,67	8,78	30,50	441,49	37,92	57,25	262	3,17	41,64	102,88	4,81	0,18	5,89		
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		
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,28	0,00	0,05	0,00	9,70	39,71	3,96	1,1	2,01	0,08	0	0,21	0,02	0	1,68		
Итого за 'Ужин'		29,38	20,17	35,26	9,43	85,93	769,32	81,74	108,2	368,4	5,16	41,64	1703,09	10,45	0,32	9,77		
перед сном																		
ряженка №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37		
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'перед сном'		8,53	5,73	13,74	0,00	31,66	286,02	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37		
Итого за день		144,21	100,57	133,86	12,20	453,27	3542,67	1462	476,3	2054	20,3	449,1	3168,11	17,5	1,46	195,6		

Запроизводством:

Лаф

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кузьмина

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 26.05.2022г. 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 №239 сб. 2021	220	37,38	33,69	26,24	0,00	57,24	614,88	363,7	55,04	438	1,4	163,8	188,4	1,13	0,13	0,72	
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 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	
помидоры свежие порц.ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		53,88	41,79	42,77	0,72	127,58	1104,67	694,2	124,1	719,1	4,05	217	391,07	2,61	0,31	26,38	
Обед																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,78	0,00	4,71	0,00	4,80	63,04	15,01	12,07	25,6	0,56	0	57,53	0,34	0,03	5,7	
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	
Рыба, тушеная в томате с овощами №80, сб.2021	200	17,91	16,84	8,45	0,03	10,91	186,41	35,89	40,93	176,7	1,01	7,28	12,3	1,11	0,09	3,82	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,68	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	250	0,94	0,11	0,05	0,00	51,95	197,88	0,75	0	0	0,08	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	
Итого за 'Обед'		33,02	17,05	29,38	1,75	145,72	948,05	121,1	147,5	443,5	6,33	78,08	882	2,87	0,55	30,34	
Итого за день		86,90	58,84	72,15	2,48	273,31	2052,72	815,3	271,6	1163	10,4	295,1	1273,07	5,48	0,86	56,72	

Завпроизводством:

Хурматуллина Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кузьмина О.В.

(Кузьмина О.В.)