

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

МЕНЮ на 26.09.2024 г. 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	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	180	34,88	32,64	7,37	0,00	44,30	382,60	216,6	41,11	298,2	0,84	50,4	57,49	0,45	0,09	0,53
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
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
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
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		40,86	34,09	9,44	0,53	96,86	626,55	303,3	75,93	403,8	2,73	59,4	75,26	1,17	0,19	3,01
Обед																
Огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6
Суп картофельный с бобовыми с курами №67, сб.2021 г.	200/20	13,01	9,12	10,81	0,44	16,72	212,33	28,08	32,5	133	2,11	32,33	266,42	0,46	0,17	4,09
Куры отварные, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5
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.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		44,94	29,51	35,47	0,86	104,32	892,71	85,67	204,5	529,9	9,89	107,3	471,74	2,29	0,54	12,17
Полдник																
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
Печенье овсяное 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
Банан сб.2021г. ТК № 5	214,5	3,22	0,00	1,07	1,07	48,69	204,85	17,16	90,09	60,06	1,29	0	42,9	0,86	0,09	21,45
Итого за 'Полдник'		11,18	5,16	14,19	1,07	79,57	479,44	228,8	114,8	227,6	1,46	35,28	82,5	0,86	0,14	22,68
Ужин																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.	60	0,56	0,00	5,98	5,98	2,73	66,29	7,36	10	13,8	0,45	0	66,23	2,99	0,03	12,37
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	220	16,04	13,15	15,24	0,57	29,56	317,38	25,41	50,16	190,9	2,12	22,05	112,01	2,25	0,1	1,14
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
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
Итого за 'Ужин'		19,79	16,20	24,09	6,61	49,25	486,91	140,4	74,65	290,7	2,88	34,05	200,29	5,32	0,17	14,03
второй 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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		123,54	91,07	89,26	9,20	345,76	2628,93	983,7	499,8	1628	17,4	261,3	876,14	9,81	1,12	52,98

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.09.2024 г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	220	42,63	39,90	9,01	0,00	54,14	467,63	264,7	50,24	364,4	1,03	61,6	70,27	0,55	0,11	0,65
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
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
Свекла отварная № 146, сб. 2021	100	1,55	0,00	0,09	0,09	11,33	45,93	38,25	22,75	44,46	1,45	0	2,11	0,11	0,02	3,69
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		50,27	41,35	11,25	0,70	117,98	762,02	369,7	98,48	499,2	3,75	70,6	88,88	1,48	0,23	4,6
Обед																
Огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
Суп картофельный с бобовыми с курами №67, сб.2021 г.	250/20	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
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,17	0,00	0,12	0,14	27,18	103,71	8,19	4,72	6,29	0,97	0	0,9	0,18	0,01	0,9
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.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		60,11	41,49	50,06	1,31	133,25	1194,57	122,3	265,2	740,4	13,2	150,4	590,09	3,19	0,73	18,84
Полдник																
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
Печенье овсяное 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
Банан сб.2021г. ТК № 5	214,5	3,22	0,00	1,07	1,07	48,69	204,85	17,16	90,09	60,06	1,29	0	42,9	0,86	0,09	21,45
Итого за 'Полдник'		11,18	5,16	14,19	1,07	79,57	479,44	228,8	114,8	227,6	1,46	35,28	82,5	0,86	0,14	22,68
Ужин																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.	90	0,87	0,00	8,97	8,97	4,25	100,23	11,47	15,61	21,49	0,71	0	103,49	4,51	0,05	19,32
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	220	16,04	13,15	15,24	0,57	29,56	317,38	25,41	50,16	190,9	2,12	22,05	112,01	2,25	0,1	1,14
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
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
Итого за 'Ужин'		20,26	16,20	27,12	9,63	51,80	525,59	145,3	81,41	302,3	3,22	34,05	237,57	6,87	0,19	20,98
второй 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
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1
Итого за день		148,59	110,31	108,68	12,84	398,35	3104,95	1092	589,8	1946	22,1	315,6	1045,4	12,57	1,37	68,2

Завпроизводством: Х.П. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра М.Б. (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.09.2024 г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	180	34,88	32,64	7,37	0,00	44,30	382,60	216,6	41,11	298,2	0,84	50,4	57,49	0,45	0,09	0,22
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	1,12
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
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	1,26
Итого за 'Завтрак'		39,62	34,09	9,27	0,36	69,04	511,69	306	74,02	395,6	2,57	59,4	75,68	0,93	0,16	2,6
Обед																
Огурцы свежие порц. ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	2,01
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	8,41
Куры отварные, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	2,69
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0,13
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,17	0,00	0,12	0,14	27,18	103,71	8,19	4,72	6,29	0,97	0	0,9	0,18	0,01	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	24
Итого за 'Обед'		37,04	20,41	27,51	1,00	110,51	812,89	83,85	201,4	468,2	9,77	86,26	436,15	2,23	0,53	37,23
Итого за день		76,66	54,51	36,77	1,35	179,54	1324,58	389,8	275,4	863,8	12,3	145,7	511,83	3,15	0,69	39,83

Запроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.09.2024 г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	220	42,63	39,90	9,01	0,00	54,14	467,63	264,7	50,24	364,4	1,03	61,6	70,27	0,55	0,11	0,65
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
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
Свекла отварная № 146, сб. 2021	100	1,55	0,00	0,09	0,09	11,33	45,93	38,25	22,75	44,46	1,45	0	2,11	0,11	0,02	3,69
Итого за 'Завтрак'		48,72	41,35	11,05	0,51	87,89	637,98	364,8	92,01	482,1	3,3	70,6	88,88	1,22	0,2	4,6
Обед																
Огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
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
Куры отварные с соусом №132, сб.2021-3	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,17	0,00	0,12	0,14	27,18	103,71	8,19	4,72	6,29	0,97	0	0,9	0,18	0,01	0,9
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'		51,63	32,39	41,98	1,32	133,76	1089,86	115,7	257,9	670,6	12,6	129,4	554,1	2,96	0,71	18,48
Итого за день		100,35	73,74	53,03	1,83	221,65	1727,84	480,4	349,9	1153	15,9	200	642,98	4,18	0,91	23,09

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)