

МЕНЮ на 27.03.2025 г. интернат 7-11 лет

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 27.03.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2021	180	6,48	2,53	7,44	0,00	33,15	216,17	117	31,7	159,7	1,6	55,39	32,01	0,05	0,12	0,46
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
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	0,15
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	152	0,61	0,00	0,61	0,61	17,63	73,99	24,32	13,68	16,72	3,34	0	7,6	0,3	0,05	15,2
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	0,4
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	0,15
Итого за 'Завтрак'		15,36	4,03	18,50	1,53	119,90	688,75	226,1	83,18	294	9,27	119,2	115,91	1,61	0,31	19,92
Обед																
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2021	100	26,06	27,66	24,62	0,00	0,44	327,31	22,58	24,33	220,4	2,15	63,84	109,44	0,77	0,08	1,27
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	0,15
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	0,15
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	0,15
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0,15
Итого за 'Обед'		48,99	28,02	33,03	0,33	106,67	897,18	145,6	145,8	579,8	9,62	103,3	365,69	1,56	0,82	7,87
Полдник																
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	0,55
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
Итого за 'Полдник'		40,62	38,75	13,30	0,00	53,31	493,86	439,1	66,77	463,1	1,03	75,68	103,84	0,45	0,15	1,63
Ужин																
Запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	230	9,95	1,66	13,74	0,72	37,26	308,87	51,29	47,96	142,2	2,26	59,85	119,56	0,61	0,19	21,61
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 ржано-пшеничный №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	0,15
Салат из свеклы с солеными огурцами №28, сб.2021	100	1,37	0,00	5,11	0,00	9,61	84,67	31,91	18,79	36,49	1,17	0	2,39	2,62	0,01	3,86
Итого за 'Ужин'		14,75	4,70	21,77	0,82	65,36	503,88	192,1	82,96	270,5	3,87	71,85	144,04	3,35	0,25	26,13
второй ужин																
Кефир №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.	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	0,15
Итого за 'второй ужин'		6,66	5,12	5,84	0,20	17,17	150,96	216,2	31,16	184,6	0,57	35,28	39,6	0,26	0,08	1,23
Итого за день		126,39	80,62	92,45	2,88	362,41	2734,61	1219	409,9	1792	24,4	405,3	769,09	7,22	1,61	56,64

Завпроизводством: Тул (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 27.03.2025 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
Завтрак																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2021	165	31,97	29,92	6,76	0,00	40,61	350,72	198,5	37,68	273,3	0,77	46,2	52,7	0,41	0,08	0,49
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
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
Кефир №297 сб. 2021	100	2,84	2,84	3,14	0,00	3,92	57,13	117,6	13,72	93,1	0,1	19,6	22	0	0,03	0,69
Итого за 'Завтрак '		38,95	34,21	11,67	0,33	72,74	550,46	376,7	68,27	434	1,59	71,8	85,7	0,84	0,18	1,43
Обед																
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14
Пюре гороховое №178, сб. 2021	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	0
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
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'		42,28	25,18	29,07	0,25	90,39	772,75	121,8	121,6	493,7	8,09	89,97	304,56	1,31	0,68	6,42
Итого за день		81,23	59,40	40,74	0,58	163,13	1323,20	498,5	189,9	927,7	9,68	161,8	390,26	2,16	0,86	7,85

Запроизводством: Р.М. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра О.В. (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 27.03.2025 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Белки, г			Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
	Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,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 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
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
Кефир №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
Итого за 'Завтрак '		43,79	38,36	13,92	0,39	81,76	626,95	455	80,71	511,1	1,84	85,8	101,49	0,97	0,21	1,82
Обед																
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2021	100	26,06	27,66	24,62	0,00	0,44	327,31	22,58	24,33	220,4	2,15	63,84	109,44	0,77	0,08	1,27
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	0
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
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.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Итого за 'Обед'		48,99	28,02	33,03	0,33	106,67	897,18	145,6	145,8	579,8	9,62	103,3	365,69	1,56	0,82	7,87
Итого за день		92,78	66,37	46,95	0,73	188,43	1524,12	600,6	226,6	1091	11,5	189,1	467,18	2,53	1,03	9,69

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)