

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

МЕНЮ на 27.10.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
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 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	
Салат из моркови №17	80	0,86	0,00	7,09	0,00	8,14	96,12	16,79	23,27	33,83	0,44	0	1408	3,8	0,03	1,41	
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'		42,89	34,23	36,12	0,72	114,85	945,53	611,7	106	613,7	2,81	179,7	1623,18	5,45	0,25	2,62	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб. 2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Свекольник №70 сб. 2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97	
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб. 2021	120	10,75	10,10	5,07	0,02	6,55	111,84	21,54	24,56	106	0,61	4,37	7,38	0,66	0,05	2,29	
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 изюма №310, сб. 2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	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 '		20,87	11,87	21,69	0,13	110,50	702,80	73,49	97,1	314,2	3,43	62,4	574,7	5,01	0,22	8,27	
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	
апельсин сб. 2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7	
мармелад сб. 2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Полдник'		7,79	6,11	6,36	0,43	54,09	294,25	295,4	53,55	214,3	0,83	25,28	63,51	0,43	0,15	129,8	
Ужин																	
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб. 2021	80	1,34	0,00	6,39	0,00	8,73	92,57	32,34	18,66	36,68	1,19	0	1,88	3,02	0,01	1,88	
Рагу овощное с мясом №118, сб. 2014 г.	200	14,28	12,70	17,29	6,71	16,03	273,04	34,57	41,17	171,1	2,53	5,95	686	3,43	0,09	10,38	
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	
Итого за 'Ужин'		19,75	14,15	25,46	7,03	52,98	508,21	127,5	76,7	275,4	4,44	11,95	698,88	6,88	0,17	12,52	
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	
Итого за 'второй ужин'		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 день		95,56	70,63	94,34	8,32	338,29	2536,50	1284	353,9	1557	11,7	308,8	2993,28	17,76	0,83	154,2	

Зав. производством: _____

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 27.10.2022г. интернат с 12 лет и старше

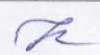
Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
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 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	
Салат из моркови №17	100	1,08	0,00	8,87	0,00	10,17	120,15	20,99	29,09	42,28	0,54	0	1760	4,75	0,04	1,76	
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'		43,10	34,23	37,89	0,72	116,89	969,56	615,9	111,8	622,1	2,92	179,7	1975,18	6,4	0,26	2,98	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51	
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	
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87	
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 изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	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 '		25,08	14,84	26,01	0,20	119,55	791,73	91,22	115,1	374,5	4,21	70,82	710,46	6,22	0,27	10,34	
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	
апельсин сб.2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Полдник'		7,79	6,11	6,36	0,43	54,09	294,25	295,4	53,55	214,3	0,83	25,28	63,51	0,43	0,15	129,8	
Ужин																	
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	100	1,67	0,00	7,99	0,00	10,92	115,71	40,42	23,32	45,85	1,49	0	2,35	3,77	0,02	2,35	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98	
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.	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	
Итого за 'Ужин'		26,23	17,33	31,71	9,04	76,03	679,81	151,7	102,4	355,7	6,02	13,43	870,85	8,92	0,25	15,58	
второй ужин																	
снежок №297 сб. 2021	164,5	4,68	4,68	5,16	0,00	6,45	93,99	193,5	22,57	153,2	0,16	32,24	36,19	0	0,05	1,13	
Итого за 'второй ужин'		4,68	4,68	5,16	0,00	6,45	93,99	193,5	22,57	153,2	0,16	32,24	36,19	0	0,05	1,13	
Итого за день		106,88	77,18	107,14	10,38	373,00	2829,34	1348	405,5	1720	14,2	321,5	3656,2	21,97	0,97	159,8	

Запроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



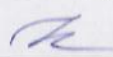
(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 27.10.2022г. 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 из творога №239, сб. 2021	150/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
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 сыром №4, сб.2021г.	50/20	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	
Салат из моркови №17	80	0,86	0,00	7,09	0,00	8,14	96,12	16,79	23,27	33,83	0,44	0	1408	3,8	0,03	1,41	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		42,01	34,23	35,92	0,52	117,23	949,64	611,7	106	613,7	2,81	179,7	1623,18	5,45	0,25	2,62	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Свекольник №70 сб.2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97	
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	120	10,75	10,10	5,07	0,02	6,55	111,84	21,54	24,56	106	0,61	4,37	7,38	0,66	0,05	2,29	
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 изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	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.	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	
Итого за 'Обед '		22,67	11,87	21,91	0,35	122,35	759,38	78,13	103,9	330,7	3,8	62,4	574,66	5,3	0,26	8,27	
Итого за день		64,68	46,11	57,83	0,87	239,58	1709,02	689,8	209,9	944,4	6,61	242,1	2197,84	10,74	0,5	10,9	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 27.10.2022г. школа с 12 лет и старше

	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 из творога №239 сб. 2021	150/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
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 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	
Салат из моркови №17	100	1,08	0,00	8,87	0,00	10,17	120,15	20,99	29,09	42,28	0,54	0	1760	4,75	0,04	1,76	
мармелад сб.2021	30	0,12	0,00	0,00	0,00	22,98	87,59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		42,22	34,23	37,69	0,52	119,27	973,67	615,9	111,8	622,1	2,92	179,7	1975,18	6,4	0,26	2,98	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51	
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	
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87	
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 изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	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 '		27,77	14,84	26,33	0,51	137,23	876,12	98,1	125,2	399	4,76	70,82	710,4	6,65	0,32	10,34	
Итого за день		70,00	49,07	64,02	1,04	256,49	1849,79	714	237	1021	7,68	250,6	2685,58	13,05	0,58	13,32	

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)