

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

МЕНЮ на 28.04.2023г. 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	P,мкг	T,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2	
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.	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	
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	
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'		15,30	5,80	17,43	0,72	97,62	596,53	283	90,34	310,3	6	65,34	83,59	4,14	0,26	6,6	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 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	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	9,40	7,56	11,73	0,26	12,96	192,01	33,64	29,62	124,1	1,83	38,6	248,22	0,39	0,1	8,53	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	110	19,59	19,48	0,74	0,00	0,90	88,11	25,46	30,01	173,5	0,56	10,15	101,53	1,24	0,09	0,3	
Гарнир овощной сложный. № 7.7 сб. 2021	200	4,09	0,01	5,48	0,38	26,92	167,77	58,9	38,41	87,57	1,5	14,1	69,62	1,84	0,11	24,79	
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.	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	
Итого за 'Обед'		38,43	27,05	18,64	1,32	104,70	721,96	141,8	131,3	451,4	5,71	62,85	525,77	4,72	0,43	53,62	
Подшик																	
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	
Плюшка пономосковская №286, сб. 2021	80	6,24	0,54	4,68	0,00	42,61	236,25	18,95	8,88	50,84	0,68	21,51	39,39	0,91	0,07	0,03	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5	
Итого за 'Подшик'		11,17	4,80	10,04	0,66	67,63	402,27	221,8	44,31	208,6	4,45	50,91	80,64	1,24	0,17	17,56	
Ужин																	
огурцы свежие порц. ТК № 8 сб. 2021	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41	
Каша гречневая рассычатая №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	
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 "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 'Ужин'		28,13	15,36	22,61	6,56	81,37	624,04	126,4	207,6	454,6	7,53	51,48	167,59	4,18	0,42	9,67	
Итого за день.		93,03	53,01	68,71	9,26	351,32	2344,79	772,9	473,6	1425	23,7	230,6	857,59	14,28	1,28	87,45	

Зав. производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Мелдестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 28.04.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,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.	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	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'		17,67	10,98	17,85	0,33	72,85	520,20	448,1	89,22	427,6	2,05	112,5	134,62	0,73	0,28	1,82	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 года 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	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	9,40	7,56	11,73	0,26	12,96	192,01	33,64	29,62	124,1	1,83	38,6	248,22	0,39	0,1	8,53	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25	
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	200	4,09	0,01	5,48	0,38	26,92	167,77	58,9	38,41	87,57	1,5	14,1	69,62	1,84	0,11	24,79	
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 подовый "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	
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	50	3,90	0,34	2,92	0,00	26,63	147,65	11,85	5,55	31,78	0,42	13,44	24,62	0,57	0,04	0,02	
Итого за 'Обед'		37,23	23,85	21,37	1,26	104,57	746,24	157	131,4	446,5	8,35	74,45	531,99	4,92	0,44	57,59	
Итого за день		54,91	34,82	39,21	1,59	177,42	1266,44	605,1	220,6	874	10,4	187	666,61	5,65	0,72	59,41	

Запроизводством:

[Signature]

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

[Signature]

(Кузьмина О.В.)

