

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



МЕНЮ на 28.09.2022г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с пшеном №76, сб.2021 г.	200	4,46	2,91	4,44	0,53	16,65	123,26	109,6	23,73	111	0,47	17,66	32,93	0,06	0,08	0,52		
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.	80/10	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		
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'		13,05	4,41	21,16	1,32	87,76	582,33	223,7	75,89	253,9	5,73	81,48	111,11	4,16	0,22	6,66		
Обед																		
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	80	1,47	0,00	3,67	0,00	9,50	72,98	38,83	13,2	24,5	0,86	0	3,56	1,89	0,02	15,64		
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	3,73		
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		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18		
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'		24,28	13,32	17,71	1,22	99,08	626,22	164,1	129,7	349,3	5,39	38,07	403,98	4,53	0,38	32,79		
Полдник																		
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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
зефир сб.2021	45	0,36	0,36	0,05	0,00	36,36	141,23	11,25	2,7	5,4	0,63	0	0	0	0	0		
Итого за 'Полдник'		1,06	0,36	0,75	0,70	76,64	302,34	39,73	18,45	24,65	4,54	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
Ужин																		
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		
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	240	17,50	14,35	16,63	0,62	32,25	346,23	27,72	54,72	208,3	2,31	24,06	122,19	2,46	0,11	1,24		
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		
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6		
Итого за 'Ужин'		22,02	14,35	21,82	1,11	80,22	596,70	58,26	83,58	276,6	3,88	24,06	180,92	3,43	0,21	10,54		
второй ужин																		
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 '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		64,67	36,70	66,15	4,34	349,58	2193,29	662,2	328,2	1044	19,7	173	737,76	12,47	0,91	68,52		

Зав.производством: _____

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Уфимская
КШИ №92
Б.Р.Баев

МЕНЮ на 28.09.2022г. 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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с пшеном №76, сб.2021 г.	250	5,58	3,64	5,55	0,66	20,81	154,08	137	29,67	138,8	0,59	22,08	41,16	0,08	0,1	0,65		
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		
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		
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'		14,50	5,13	23,87	1,45	94,10	636,29	259,2	86,49	290,8	6,14	85,9	119,81	4,93	0,24	7,26		
Обед																		
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	100	1,84	0,00	4,58	0,00	11,88	91,23	48,54	16,5	30,62	1,08	0	4,45	2,36	0,03	19,55		
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		
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	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		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	250	1,52	0,00	0,16	0,16	48,63	185,81	47,77	35,2	40,54	1,18	0	147	1,6	0,02	0,22		
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'		29,69	15,99	21,62	1,52	123,38	773,49	202,8	160,4	429,7	6,75	46,26	502,39	5,64	0,48	40,33		
Полдник																		
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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
зефир сб.2021	45	0,36	0,36	0,05	0,00	36,36	141,23	11,25	2,7	5,4	0,63	0	0	0	0	0		
Итого за 'Полдник'		1,06	0,36	0,75	0,70	76,64	302,34	39,73	18,45	24,65	4,54	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
Ужин																		
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		
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	240	17,50	14,35	16,63	0,62	32,25	346,23	27,72	54,72	208,3	2,31	24,06	122,19	2,46	0,11	1,24		
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		
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6		
Итого за 'Ужин'		23,05	14,35	21,95	1,24	86,97	628,78	61,27	87,9	288	4,14	24,06	180,92	3,6	0,23	10,54		
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		
Итого за 'второй ужин'		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		
Итого за день		73,42	40,95	73,83	4,91	388,14	2443,74	774,7	377,9	1201	21,7	191,5	851,46	14,53	1,06	76,86		

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

ГБОУ
Уфимская
КШИ №92

Наименование блюда

МЕНЮ на 28.09.2022г. 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																	
Суп молочный с пшеном №76, сб.2021 г.	200	4,46	2,91	4,44	0,53	16,65	123,26	109,6	23,73	111	0,47	17,66	32,93	0,06	0,08	0,52	
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.	50/10	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	
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 '		14,97	8,67	19,27	1,12	64,30	488,98	353,8	69,81	342,8	1,88	110,9	142,23	0,94	0,23	1,81	
Обед																	
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	80	1,47	0,00	3,67	0,00	9,50	72,98	38,83	13,2	24,5	0,86	0	3,56	1,89	0,02	15,64	
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	3,73	
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	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
Итого за 'Обед '		26,79	13,32	18,63	2,13	131,23	767,99	196,7	152,3	385,1	9,61	38,07	412,69	5,17	0,47	50,29	
Итого за день		41,76	21,99	37,90	3,25	195,53	1256,97	550,5	222,1	727,9	11,5	149	554,92	6,11	0,7	52,1	

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 28.09.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с пшеном №76, сб.2021 г.	250	5,58	3,64	5,55	0,66	20,81	154,08	137	29,67	138,8	0,59	22,08	41,16	0,08	0,1	0,65		
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.	60/10	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		
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		
Итого за 'Завтрак'		16,94	10,25	21,32	1,25	69,64	536,94	416,5	79,86	398,5	2,03	121,2	157,06	0,96	0,26	2,14		
Обед																		
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	100	1,84	0,00	4,58	0,00	11,88	91,23	48,54	16,5	30,62	1,08	0	4,45	2,36	0,03	19,55		
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		
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	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		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	250	1,52	0,00	0,16	0,16	48,63	185,81	47,77	35,2	40,54	1,18	0	147	1,6	0,02	0,22		
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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
Итого за 'Обед'		33,08	15,99	22,64	2,54	161,35	943,07	237,7	186,2	473,4	11,1	46,26	511,08	6,43	0,58	57,83		
Итого за день		50,02	26,24	43,96	3,79	230,99	1480,01	654,2	266	871,9	13,2	167,4	668,14	7,39	0,84	59,97		

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)