

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 29.09.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
																	Ca
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	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	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	
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	
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
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'		19,49	10,52	23,51	0,79	89,07	639,23	226,2	73,37	331,9	6,09	247,2	271,21	1,62	0,27	4,46	
Обед																	
Салат из свежих огурцов № 14 сб.2021	60	0,48	0,00	2,70	0,00	2,47	34,54	13,07	7,06	22,51	0,32	0	4,86	1,39	0,01	2,3	
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	
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	140	14,81	13,71	9,91	0,05	16,55	213,82	29,32	31,43	167,9	1,15	20,51	144,1	4,48	0,08	1,59	
Ризотто ТК № 381 сб.Онищенко ГГ	150	4,15	0,00	12,32	12,32	41,91	293,75	12,86	34,92	90,28	0,76	0	496,5	5,65	0,06	6,02	
Компот из изюма №310, сб.2021	180	0,31	0,00	0,00	0,00	29,52	112,51	0,52	0	0	0,05	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'		22,67	13,97	26,92	12,48	110,17	760,76	72,09	94,81	342,6	3,36	29,1	825,09	11,9	0,23	15,2	
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	
Печенье овсяное сб.2021 ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша ТК № 5	170	0,51	0,00	0,38	0,38	16,59	64,20	24,06	15,2	20,26	2,91	0	2,53	0,51	0,03	6,33	
Итого за 'Полдник'		9,10	6,16	13,78	0,38	49,42	347,20	246,6	40,86	185,2	3,1	25,28	48,89	0,51	0,09	7,43	
Ужин																	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	220	17,22	14,17	18,80	6,60	25,21	336,63	25,93	51,26	232,2	3,46	0	14,21	3,5	0,17	10,6	
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	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
Итого за 'Ужин'		24,62	17,07	22,45	7,13	66,53	560,02	146,5	89,56	369,7	5,08	12	36,29	4,2	0,29	11,12	
Итого за день		75,89	47,72	86,66	20,78	315,20	2307,21	691,4	298,6	1229	17,6	313,6	1181,48	18,23	0,88	38,21	

Зав.производством:

Handwritten signature

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Handwritten signature

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 29.09.2023г. 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 пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	190	7,57	3,49	9,50	0,00	33,44	247,51	150,4	43,39	172,1	1,08	67,57	75,64	0,29	0,15	0,26
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.-2	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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0
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'		21,09	11,26	25,51	0,79	96,11	691,34	257,9	82,5	368,1	6,31	261,4	287,14	1,68	0,3	4,52
Обед																
Салат из свежих огурцов № 14сб.2021	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84
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
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	160	16,92	15,66	11,33	0,05	18,92	244,37	33,51	35,92	191,9	1,31	23,44	164,68	5,12	0,09	1,82
Ризотто ТК № 381сб.Онищенко ГТ	180	4,98	0,00	14,78	14,78	50,29	352,50	15,43	41,9	108,3	0,91	0	595,8	6,77	0,07	7,23
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'		26,87	15,99	33,13	15,01	131,80	916,86	92,55	117,5	419	4,26	34,18	993,15	14,72	0,29	19,49
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
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
груша ТК № 5	170	0,51	0,00	0,38	0,38	16,59	64,20	24,06	15,2	20,26	2,91	0	2,53	0,51	0,03	6,33
Итого за 'Полдник'		9,10	6,16	13,78	0,38	49,42	347,20	246,6	40,86	185,2	3,1	25,28	48,89	0,51	0,09	7,43
Ужин																
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.92	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,53	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05
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
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Итого за 'Ужин'		28,00	19,01	25,15	8,16	76,71	638,01	153,1	100,9	412,7	5,81	12	38,23	4,85	0,33	12,57
Итого за день		85,06	52,41	97,56	24,34	354,04	2593,40	750,1	341,7	1385	19,5	332,9	1367,4	21,76	1,01	44

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

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



МЕНЮ на 29.09.2023г. 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	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,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		
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		
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0		
Печенье овсяное сб.2021 ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Завтрак'		21,34	10,57	30,77	0,59	92,29	724,50	212,2	65,37	317,9	3,29	247,2	271,21	1,42	0,25	0,46		
Обед																		
Салат из свежих огурцов № 14 сб.2021	60	0,48	0,00	2,70	0,00	2,47	34,54	13,07	7,06	22,51	0,32	0	4,86	1,39	0,01	2,3		
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		
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	140	14,81	13,71	9,91	0,05	16,55	213,82	29,32	31,43	167,9	1,15	20,51	144,1	4,48	0,08	1,59		
Ризотто ТК № 381 сб.Онищенко ГГ	150	4,15	0,00	12,32	12,32	41,91	293,75	12,86	34,92	90,28	0,76	0	496,5	5,65	0,06	6,02		
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 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		
груша ТК № 5	170	0,51	0,00	0,38	0,38	16,59	64,20	24,06	15,2	20,26	2,91	0	2,53	0,51	0,03	6,33		
Итого за 'Обед'		25,16	13,97	27,65	13,21	126,33	839,47	112,8	122,6	387,8	9,26	29,1	827,59	12,81	0,3	25,53		
Итого за день		46,50	24,54	58,43	13,80	218,61	1563,97	325	188	705,7	12,5	276,3	1098,8	14,23	0,55	26		

Запроизводством: Жел (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 29.09.2023г. 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	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	190	7,57	3,49	9,50	0,00	33,44	247,51	150,4	43,39	172,1	1,08	67,57	75,64	0,29	0,15	0,26	
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 №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	
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
Печенье овсяное сб.2021 ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		22,93	11,30	32,77	0,59	99,33	776,61	243,9	74,5	354,1	3,51	261,4	287,14	1,48	0,28	0,52	
Обед																	
Салат из свежих огурцов № 14 сб.2021	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84	
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	
Фишболы из филе рыбы с томатным соусом №466 сб.Онищенко Г.Г.	160	16,92	15,66	11,33	0,05	18,92	244,37	33,51	35,92	191,9	1,31	23,44	164,68	5,12	0,09	1,82	
Ризотто ТК № 38 сб.Онищенко ГГ	180	4,98	0,00	14,78	14,78	50,29	352,50	15,43	41,9	108,3	0,91	0	595,8	6,77	0,07	7,23	
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.	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	
груша ТК № 5	170	0,51	0,00	0,38	0,38	16,59	64,20	24,06	15,2	20,26	2,91	0	2,53	0,51	0,03	6,33	
Итого за 'Обед'		30,72	15,99	34,03	15,91	153,86	1026,92	136,9	150,8	477,7	10,5	34,18	995,62	15,86	0,38	29,82	
Итого за день		53,66	27,30	66,80	16,50	253,19	1803,53	380,8	225,3	831,9	14	295,6	1282,76	17,34	0,67	30,34	

Запроизводством: Жал (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)