

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

МЕНЮ на 30.05.2022г. 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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	
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	
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'		14,94	5,90	20,01	0,79	95,90	612,13	249,5	59,24	255,7	2,18	122,5	122,94	0,94	0,2	1,05	
Обед																	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	100	2,15	0,00	4,51	0,00	12,65	94,19	60,12	20,61	37,74	0,76	0	236,68	2,45	0,03	21,65	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	3,10	0,27	4,57	0,24	23,73	146,69	26,09	30,74	86,07	1,17	20,33	201,1	0,29	0,12	10,17	
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05	
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	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	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'		35,78	14,24	20,63	0,67	138,85	851,18	204,2	153	489,3	8,19	46,84	472,26	3,33	0,72	31,87	
Полдник																	
Пирожки печеные с капустой №266, сб.2021	80	5,50	0,91	6,56	0,00	30,87	201,70	30,73	12,92	58,14	0,85	31,82	5,55	0,04	0,06	2,61	
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'		11,25	7,02	12,49	0,00	39,88	312,95	253,2	38,58	223,1	1,03	57,1	51,91	0,04	0,13	3,71	
Ужин																	
Салат луковый, №46, сб.2014 г.	50	0,63	0,00	4,48	5,09	4,84	59,17	12,96	5,79	24,06	0,33	0	0	2,3	0,02	1,9	
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97	18,6	176	257,7	6,03	31,89	37,15	0,8	0,34	0	
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	
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	
Итого за 'Ужин'		38,63	22,73	14,57	5,55	100,80	666,95	122,9	235,7	550	7,95	48,96	158,91	5,05	0,54	2,49	
Второй ужин																	
апельсин сб.2021г.	265	1,97	0,00	0,44	0,44	22,52	97,24	74,33	28,42	50,28	0,66	0	17,49	0,44	0,09	131,2	
Итого за 'второй ужин'		1,97	0,00	0,44	0,44	22,52	97,24	74,33	28,42	50,28	0,66	0	17,49	0,44	0,09	131,2	
Итого за день		102,57	49,89	68,14	7,44	397,95	2540,46	904,1	514,9	1568	20	275,4	823,52	9,8	1,67	170,3	

Зав.производством:

Саб

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

К

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 30.05.2022г. 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																		
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53		
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		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом №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		
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'		14,94	5,90	20,01	0,79	95,90	612,13	249,5	59,24	255,7	2,18	122,5	122,94	0,94	0,2	1,05		
Обед																		
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	100	2,15	0,00	4,51	0,00	12,65	94,19	60,12	20,61	37,74	0,76	0	236,68	2,45	0,03	21,65		
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	3,87	0,33	5,71	0,30	29,66	183,36	32,61	38,43	107,6	1,46	25,41	251,37	0,36	0,14	12,72		
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	110	15,91	15,25	7,28	0,34	16,08	193,15	35,27	25,09	138,6	1,1	2,85	8,71	0,45	0,06	0,05		
Пюре гороховое №178, сб. 2021	200	19,57	0,03	6,37	0,00	56,28	343,29	109,2	98,9	298,7	6,43	31,89	35,3	0,05	0,67	0		
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	250	0,94	0,11	0,05	0,00	51,95	197,88	0,75	0	0	0,08	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'		43,41	15,72	24,10	0,82	172,75	1040,29	243,1	190	605,9	10,4	60,15	532,2	3,53	0,93	34,42		
Полдник																		
Пирожки печенные с капустой №266, сб.2021	100	6,88	1,13	8,19	0,00	38,59	252,13	38,41	16,15	72,67	1,06	39,77	6,94	0,05	0,08	3,27		
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'		12,62	7,24	14,13	0,00	47,60	363,38	260,9	41,81	237,7	1,24	65,06	53,3	0,05	0,14	4,36		
Ужин																		
Салат луковый, №46, сб.2014 г.	70	0,88	0,00	6,27	7,13	6,78	82,84	18,14	8,1	33,68	0,46	0	0	3,21	0,02	2,66		
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33		
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97	18,6	176	257,7	6,03	31,89	37,15	0,8	0,34	0		
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		
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		
Итого за 'Ужин'		40,43	22,73	16,55	7,78	112,85	738,73	132,6	244,5	576,6	8,48	48,96	158,91	6,23	0,58	3,25		
Второй ужин																		
апельсин сб.2021г.	265	1,97	0,00	0,44	0,44	22,52	97,24	74,33	28,42	50,28	0,66	0	17,49	0,44	0,09	131,2		
Итого за ' Второй ужин '		1,97	0,00	0,44	0,44	22,52	97,24	74,33	28,42	50,28	0,66	0	17,49	0,44	0,09	131,2		
Итого за день		113,36	51,60	75,23	9,82	451,62	2851,77	960,4	564	1726	23	296,7	884,84	11,18	1,93	174,3		

Зап

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 30.05.2022г. 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	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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	
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	
апельсин сб.2021г.	265	1,97	0,00	0,44	0,44	22,52	97,24	74,33	28,42	50,28	0,66	0	17,49	0,44	0,09	131,2	
Итого за 'Завтрак'		15,91	5,90	20,25	1,03	97,81	625,90	323,8	87,66	306	2,84	122,5	140,43	1,38	0,28	132,2	
Обед																	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	80	1,72	0,00	3,61	0,00	10,12	75,35	48,1	16,49	30,19	0,61	0	189,34	1,96	0,02	17,32	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	3,10	0,27	4,57	0,24	23,73	146,69	26,09	30,74	86,07	1,17	20,33	201,1	0,29	0,12	10,17	
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05	
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	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	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'		40,35	14,16	21,06	1,08	135,66	865,59	212,6	170,4	543,2	9,31	51,62	430,18	3,14	0,85	27,54	
Итого за день		56,26	20,05	41,31	2,11	233,47	1491,49	536,4	258,1	849,1	12,2	174,1	570,62	4,52	1,13	159,8	

Заготовлено: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

