

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



МЕНЮ на 30.09.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,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		
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		
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	6,21	25,89	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81		
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'		38,85	28,98	32,35	0,86	115,81	900,19	437,9	118,6	537,4	6,16	196,4	1844,95	2,28	0,28	5,89		
Обед																		
помидоры свежие порц.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 картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68		
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	230	22,55	16,51	20,38	0,00	32,89	395,18	175,6	66,62	273,5	2,79	96,33	130,28	0,74	0,12	32,21		
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8		
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'		26,64	16,77	22,87	0,28	73,54	590,52	219,4	107,6	361,2	4,7	113,1	420,34	1,79	0,26	68,69		
Полдник																		
Пирожки печеные с яблоками №263, сб.2021	80	4,85	0,89	4,22	0,00	36,88	201,72	15,14	8,78	46,3	1,13	22,38	4,16	0,14	0,06	1,11		
груша ТК № 5	200	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26		
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88		
Итого за 'Полдник'		11,46	6,92	6,86	0,44	64,58	357,12	225	48,27	209,2	4,62	37,08	22,07	0,72	0,13	9,25		
Ужин																		
Салат из свежих огурцов № 14сб.2021	80	0,65	0,00	3,59	0,00	3,29	46,06	17,43	9,42	30,01	0,43	0	6,48	1,85	0,02	3,07		
Макаронны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	180	8,33	4,19	10,38	0,00	28,33	239,35	56,61	12,3	99,85	1,18	82,23	31,77	0,05	0,06	0,17		
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		
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0		
Итого за 'Ужин'		11,63	4,19	14,32	0,35	57,61	400,71	81,81	32,49	158,3	2,29	82,23	38,25	2,33	0,13	3,24		
Итого за день		88,57	56,86	76,41	1,93	311,54	2248,54	964,1	306,9	1266	17,8	428,8	2325,6	7,13	0,81	87,06		

Зав.производством: _____ (Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 30.09.2022г. 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																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	180/20	33,98	30,63	23,85	0,00	52,04	558,98	330,6	50,04	398,2	1,27	148,9	171,27	1,03	0,12	0,66	
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.	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	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01	
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 '		44,19	33,58	35,95	0,88	125,17	990,51	492,3	133	607,1	6,47	218,7	2273,6	2,52	0,3	6,19	
Обед																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	230	22,55	16,51	20,38	0,00	32,89	395,18	175,6	66,62	273,5	2,79	96,33	130,28	0,74	0,12	32,21	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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'		27,71	16,83	23,50	0,38	80,09	625,60	226,9	117,5	384,3	5,23	117,3	491,85	2,06	0,3	74,61	
Полдник																	
Пирожки печеные с яблоками №263, сб.2021	80	4,85	0,89	4,22	0,00	36,88	201,72	15,14	8,78	46,3	1,13	22,38	4,16	0,14	0,06	1,11	
груша ТК № 5	200	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
Итого за 'Полдник'		12,67	8,13	7,30	0,44	66,32	373,47	261,5	52,68	237,1	4,65	40,02	25,07	0,72	0,14	9,43	
Ужин																	
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	
Макароны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	200	9,25	4,66	11,53	0,00	31,48	265,94	62,9	13,67	111	1,31	91,37	35,3	0,05	0,07	0,18	
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 сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
Итого за 'Ужин'		15,29	4,66	16,70	0,67	78,43	519,02	99,97	46,99	205,3	3,18	91,37	43,4	3,23	0,19	4,02	
Итого за день		99,86	63,19	83,45	2,37	350,01	2508,60	1081	350,1	1434	19,5	467,5	2834	8,53	0,94	94,25	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 30.09.2022г. 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																	
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	
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	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
Итого за 'Завтрак'		42,88	35,01	34,28	0,59	97,68	869,59	586,6	105	623,1	3	211,1	247,95	1,76	0,27	1,96	
Обед																	
помидоры свежие порц.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 картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68	
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	230	22,55	16,51	20,38	0,00	32,89	395,18	175,6	66,62	273,5	2,79	96,33	130,28	0,74	0,12	32,21	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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	
груша ТК № 5	200	0,60	0,00	0,45	0,45	19,52	75,53	28,31	17,88	23,84	3,43	0	2,98	0,6	0,03	7,45	
Итого за 'Обед'		29,04	16,77	23,53	0,94	104,91	722,62	252,4	132,3	401,6	8,5	113,1	423,28	2,68	0,33	76,14	
Итого за день		71,92	51,78	57,82	1,53	202,58	1592,21	838,9	237,3	1025	11,5	324,2	671,23	4,44	0,6	78,1	

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 30.09.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	180/20	33,98	30,63	23,85	0,00	52,04	558,98	330,6	50,04	398,2	1,27	148,9	171,27	1,03	0,12	0,66	
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.	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	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
Итого за 'Завтрак'		49,18	40,81	38,30	0,59	107,21	969,79	672,6	117	710,8	3,22	236,4	276,64	1,91	0,29	2,24	
Обед																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	230	22,55	16,51	20,38	0,00	32,89	395,18	175,6	66,62	273,5	2,79	96,33	130,28	0,74	0,12	32,21	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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	200	0,60	0,00	0,45	0,45	19,52	75,53	28,31	17,88	23,84	3,43	0	2,98	0,6	0,03	7,45	
Итого за 'Обед'		31,00	16,83	24,27	1,14	117,28	785,52	262,1	145,4	432,6	9,2	117,3	494,77	3,09	0,38	82,06	
Итого за день		80,18	57,64	62,57	1,73	224,50	1755,31	934,7	262,3	1143	12,4	353,7	771,41	5	0,68	84,29	

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)