

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

МЕНЮ на 30.09.2024 г. 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																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	160	4,78	2,36	6,41	0,00	24,42	172,77	100,9	15,03	88,56	0,33	42,15	28,46	0,04	0,06	0,43
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	20	0,16	0,00	0,03	0,03	1,02	4,74	0,86	1,15	3,87	0,1	0	0,03	0,04	0	0
Итого за 'Завтрак'		13,98	8,59	13,28	0,96	99,30	558,49	356	66	302	4,7	67,4	82,18	0,81	0,22	16,5
Обед																
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	60	1,31	0,00	3,78	0,00	6,11	60,99	28,54	11,35	20,74	0,38	0	173,43	1,94	0,02	11,12
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
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.	35	1,81	0,00	0,23	0,23	11,80	56,14	5,26	7,55	19,89	0,46	0	0	0,3	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		32,60	16,87	21,22	4,18	131,76	823,00	82,5	205	458	7,8	36,4	323,3	5,16	0,47	17,5
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
Блины со сгущенным молоком № 257, сб. 2021	120	8,46	4,54	14,09	0,00	42,60	327,79	139,7	20,83	135,3	0,7	55,85	40,81	0,06	0,08	0,44
Итого за 'Полдник'		14,20	10,65	20,02	0,00	51,61	439,04	362	46,5	300	0,9	81,1	87,17	0,06	0,14	1,53
Ужин																
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	120	18,26	17,86	7,94	0,00	3,70	159,18	47,49	25,23	194,9	1,25	87,59	117,92	0,69	0,09	0,65
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	150	2,89	0,02	3,59	0,00	23,92	138,41	14,05	31,3	79,63	1,23	21,59	28,43	0,19	0,13	6,05
Чай №300, сб. 2021-б/с	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Ужин'		25,92	17,93	20,22	0,61	58,10	515,80	76,2	75,9	328	3,7	167	211,7	1,75	0,31	6,7
второй ужин																
йогурт №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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	20	1,49	0,00	0,18	0,18	9,19	45,09	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин'		6,61	5,12	5,82	0,18	16,25	147,93	212	24,7	168	0,2	35,3	39,6	0	0,05	1,23
Итого за день		93,31	59,16	80,57	5,92	357,01	2484,27	1088	419	1555	17	387	743,9	7,79	1,19	43,5

Зав.производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 30.09.2024 г. 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 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
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Завтрак'		16,37	9,18	15,04	1,12	113,16	638,50	384,9	75,26	339,2	5,09	77,88	89,32	1,03	0,26	16,63
Обед																
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	110/60	17,45	15,15	12,65	3,95	24,95	281,47	20,89	36,47	157	1,9	12,84	133,67	2,31	0,09	1,7
Каша гречневая рассыпчатая №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
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.	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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		38,71	18,65	26,55	4,87	157,05	991,09	112,2	251,5	553,1	9,77	42,66	460,3	7,13	0,57	25,13
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
Блины со сгущенным молоком № 257, сб. 2021	140	9,87	5,30	16,44	0,00	49,70	382,42	163	24,3	157,9	0,82	65,16	47,61	0,07	0,1	0,51
Итого за 'Полдник'		15,61	11,41	22,37	0,00	58,71	493,68	385,5	49,96	322,9	1	90,45	93,97	0,07	0,16	1,61
Ужин																
Филе минтая. запеченное в омлете №81, сб.2021	150	22,83	22,33	9,93	0,00	4,63	198,98	59,36	31,54	243,7	1,56	109,5	147,4	0,86	0,11	0,81
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,00	28,71	166,09	16,86	37,56	95,56	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Ужин'		31,07	22,40	22,93	0,61	63,81	583,28	90,92	88,51	392,2	4,23	193,2	246,81	1,96	0,36	8,07
второй ужин																
йогурт №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	20	1,49	0,00	0,18	0,18	9,19	45,09	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин'		7,17	5,68	6,45	0,18	17,03	159,36	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Итого за день		108,93	67,33	93,34	6,77	409,77	2865,90	1209	492,7	1794	20,3	443,4	934,41	10,2	1,4	52,8

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 30.09.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: Л. П. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 30.09.2024 г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
Итого за 'Завтрак'		16,53	8,93	22,39	1,19	94,91	636,84	374,3	75,39	333,6	5,08	130,4	151,01	1,23	0,26	16,57
Обед																
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	170	17,45	15,15	12,65	3,95	24,95	281,47	20,89	36,47	157	1,9	12,84	133,67	2,31	0,09	1,7
Каша гречневая рассыпчатая №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
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.	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
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
Итого за 'Обед'		38,79	18,65	26,57	4,88	157,57	993,46	112,6	252,1	555,1	9,82	42,66	460,32	7,15	0,57	25,13
Итого за день		55,32	27,59	48,96	6,07	252,47	1630,30	486,9	327,5	888,6	14,9	173,1	611,33	8,38	0,84	41,7

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)