

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

МЕНЮ на 31.01.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	200	4,39	2,91	4,16	0,00	16,43	119,71	108,5	14,41	90,67	0,32	17,66	32,45	0,26	0,05	0,52
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 сыром №4, сб.2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	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'		18,79	10,96	14,22	0,72	102,47	601,64	443,9	74,49	370,5	5,32	71,42	103,02	1,45	0,2	5,18
обед																
Салат луковый, №46, сб.2014 г.	60	0,75	0,00	5,38	6,11	5,81	71,01	15,55	6,94	28,87	0,4	0	0	2,75	0,02	2,28
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	200	1,68	0,21	4,36	0,21	10,37	85,12	24,12	17,01	43,32	0,62	30,88	198,58	0,18	0,06	6,83
Филе горбуши припущенное №79, сб.2021	100	22,79	22,69	7,21	0,00	0,82	158,81	18,84	27,29	150,3	0,6	27,68	116,9	1,87	0,18	0,26
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'обед'		33,99	23,72	23,28	7,55	94,79	714,84	110,6	94,75	346,5	3,48	84,1	367,31	5,38	0,44	22,94
полдник																
Пирог с мясом №268, сб. 2021	100	13,96	9,66	9,83	0,00	37,45	293,21	18,84	16,35	118	1,69	18,17	15	0,43	0,08	0,02
Чай с молоком №301, сб. shk. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Итого за 'полдник'		15,40	11,11	11,39	0,02	39,64	321,40	71,64	22,44	157,1	1,73	27,17	31,5	0,48	0,1	0,28
Ужин																
Плов из говядины №120, сб.2021	200	14,81	10,91	16,04	0,00	42,34	372,01	17,42	45,28	197,2	2,28	40,12	452,24	0,65	0,05	0,22
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
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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	130	0,52	0,00	0,52	0,52	15,08	63,28	20,8	11,7	14,3	2,86	0	6,5	0,26	0,04	13
Итого за 'Ужин'		17,27	10,91	16,83	0,80	78,71	528,00	44,71	65,75	236,3	5,75	40,12	458,79	1,24	0,13	13,22
Итого за день		85,45	56,71	65,72	9,09	315,61	2165,88	670,8	257,4	1110	16,3	222,8	960,62	8,55	0,87	41,62

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Наименование

МЕНЮ на 31.01.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	220	4,83	3,20	4,58	0,00	18,07	131,69	119,3	15,85	99,74	0,35	19,43	35,69	0,28	0,05	0,57
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 сыром №4, сб.2021г	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	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'		19,22	11,25	14,64	0,72	104,11	613,61	454,7	75,93	379,6	5,35	73,19	106,26	1,47	0,2	5,23
обед																
Салат луковый, №46, сб.2014 г.	60	0,75	0,00	5,38	6,11	5,81	71,01	15,55	6,94	28,87	0,4	0	0	2,75	0,02	2,28
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	2,11	0,26	5,45	0,26	12,96	106,40	30,15	21,26	54,14	0,78	38,6	248,22	0,23	0,08	8,53
Филе горбуши припущенное №79, сб.2021	110	25,07	24,96	7,93	0,00	0,90	174,69	20,73	30,01	165,3	0,66	30,44	128,59	2,06	0,19	0,28
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'обед'		38,70	26,04	25,33	7,85	110,02	813,13	120	103,9	378,1	3,83	94,58	428,65	5,7	0,48	24,67
полдник																
Пирог с мясом №268, сб. 2021	150	20,94	14,49	14,74	0,00	56,18	439,82	28,27	24,53	177	2,53	27,26	22,49	0,64	0,12	0,04
Чай с молоком №301, сб. shk. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Итого за 'полдник'		22,38	15,94	16,30	0,02	58,37	468,00	81,07	30,62	216,1	2,58	36,26	38,99	0,69	0,14	0,3
Ужин																
Плов из говядины №120, сб.2021	230	17,03	12,55	18,45	0,00	48,69	427,81	20,03	52,08	226,8	2,63	46,14	520,08	0,75	0,06	0,25
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
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
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.	130	0,52	0,00	0,52	0,52	15,08	63,28	20,8	11,7	14,3	2,86	0	6,5	0,26	0,04	13
Итого за 'Ужин'		20,69	12,55	19,40	0,96	92,83	620,62	51,18	78,01	281,1	6,45	46,14	526,65	1,55	0,17	13,25
Итого за день		100,99	65,79	75,67	9,55	365,33	2515,36	706,9	288,5	1255	18,2	250,2	1100,56	9,42	0,99	43,44

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Наименование блочной системы: Б.Р.Баев

МЕНЮ на 31.01.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: ИГ- (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Кузьмина (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 31.01.2025 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	220	4,83	3,20	4,58	0,00	18,07	131,69	119,3	15,85	99,74	0,35	19,43	35,69	0,28	0,05	0,57
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 №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
Пирог с мясом №268, сб. 2021	100	13,96	9,66	9,83	0,00	37,45	293,21	18,84	16,35	118	1,69	18,17	15	0,43	0,08	0,02
Итого за 'Завтрак'		25,16	15,76	17,93	0,39	90,10	616,21	255,8	66,19	343,8	3,39	49,6	72,76	1,24	0,23	1,12
обед																
Салат луковый, №46, сб.2014 г.	60	0,75	0,00	5,38	6,11	5,81	71,01	15,55	6,94	28,87	0,4	0	0	2,75	0,02	2,28
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	2,11	0,26	5,45	0,26	12,96	106,40	30,15	21,26	54,14	0,78	38,6	248,22	0,23	0,08	8,53
Филе горбуши припущенное №79, сб.2021	110	25,07	24,96	7,93	0,00	0,90	174,69	20,73	30,01	165,3	0,66	30,44	128,59	2,06	0,19	0,28
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	130	0,52	0,00	0,52	0,52	15,08	63,28	20,8	11,7	14,3	2,86	0	6,5	0,26	0,04	13
Итого за 'обед'		41,42	26,04	26,20	8,71	133,77	924,59	153	125	410,6	9,52	94,58	435,01	6,23	0,55	40,55
Итого за день		66,58	41,80	44,13	9,11	223,87	1540,81	408,7	191,1	754,4	12,9	144,2	507,77	7,47	0,78	41,67

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)