

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

МЕНЮ на 07.02.2024г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	160	14,81	15,76	23,96	0,00	2,66	285,13	101,8	17,07	226	2,54	244,6	407,79	0,84	0,07	0,22
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 сыром №4, сб.2021г.	60/20	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
мандарины сб.2021г.	185	1,48	0,00	0,37	0,37	17,39	75,11	64,75	20,35	31,45	0,19	0	18,5	0,37	0,11	70,3
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'		28,13	22,36	31,72	1,09	78,98	706,16	441,6	79,54	473,7	6,78	291,8	484,89	2,19	0,3	74,92
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,11	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01
Рассольник домашний №59, сб.2021	200	1,96	0,20	4,99	0,24	13,30	104,04	28,07	21,75	52,77	0,83	12	175,68	1,58	0,08	8,41
Гуляш №96, сб.2021	110	15,18	14,59	15,73	0,00	3,83	217,04	12,4	20,45	157,1	2,3	0	10,73	2,06	0,03	0,3
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	0
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13
Хлеб подовый "Уныш" №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'		26,07	16,33	33,08	0,52	95,49	762,61	108,8	100,4	453,5	5,68	53,92	678,7	9,17	0,26	10,85
Полдник																
Кефир №297 сб. 2021	180	5,49	5,49	6,05	0,00	7,57	110,27	227	26,48	179,7	0,19	37,83	42,46	0	0,06	1,32
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	77,5	6,69	0,00	2,52	2,52	82,25	369,11	26,42	31,66	76,41	2,42	0	0	1,45	0,14	0,28
Итого за 'Полдник'		12,17	5,49	8,57	2,52	89,81	479,38	253,4	58,14	256,1	2,61	37,83	42,46	1,45	0,2	1,61
Ужин																
Капуста тушеная №148, сб. 2021	80	1,80	0,00	2,56	0,00	9,21	63,14	40,59	14,66	29,02	0,57	0	40,54	1,37	0,02	17,01
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	5,46	0,68	5,21	0,51	42,34	235,87	46,89	54,08	147,9	2,04	21,29	46,93	0,31	0,23	20,64
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 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
Итого за 'Ужин'		23,29	13,62	18,24	0,84	101,64	652,78	133	102,9	331,4	4,09	29,43	110,55	6,56	0,4	37,79
второй ужин																
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
вафли сб.2021	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
Итого за 'второй ужин'		6,86	6,11	7,25	0,00	41,17	249,03	228,9	29,66	179,4	0,78	26,08	47,55	0,28	0,07	1,1
Итого за день		96,52	63,90	98,86	4,97	407,09	2849,96	1166	370,6	1694	19,9	439	1364,16	19,65	1,23	126,3

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.02.2024г. 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,65
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	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	80/30	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
мандарины сб.2021г.	185	1,48	0,00	0,37	0,37	17,39	75,11	64,75	20,35	31,45	0,19	0	18,5	0,37	0,11	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	4,14
Итого за 'Завтрак'		29,98	24,33	34,71	1,09	79,31	741,80	454,3	81,68	501,9	7,09	322,3	535,86	2,29	0,31	5,31
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,14	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	8,04
Рассольник домашний №59, сб.2021	250	2,45	0,25	6,23	0,29	16,63	130,05	35,09	27,19	65,96	1,03	15	219,6	1,97	0,1	4,6
Гуляш №96, сб.2021	120	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	3,44
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	20,88
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	1,6
Хлеб подовый "Уныш" №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'		29,86	18,09	38,67	0,67	109,91	883,34	126,3	117,7	532,1	6,62	66,2	816,23	10,86	0,31	38,56
Полдник																
Кефир №297 сб. 2021	180	5,49	5,49	6,05	0,00	7,57	110,27	227	26,48	179,7	0,19	37,83	42,46	0	0,06	0,14
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	77,5	6,69	0,00	2,52	2,52	82,25	369,11	26,42	31,66	76,41	2,42	0	0	1,45	0,14	1,23
Итого за 'Полдник'		12,17	5,49	8,57	2,52	89,81	479,38	253,4	58,14	256,1	2,61	37,83	42,46	1,45	0,2	1,37
Ужин																
Капуста тушеная №148, сб. 2021	80	1,80	0,00	2,56	0,00	9,21	63,14	40,59	14,66	29,02	0,57	0	40,54	1,37	0,02	2,2
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	120	17,94	17,25	13,52	0,00	17,66	263,55	49,97	31,19	168	1,03	10,86	30,78	5,93	0,12	0,16
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	200	7,28	0,91	6,95	0,68	56,46	314,49	62,52	72,1	197,3	2,72	28,38	62,57	0,41	0,3	0
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	3,6
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	5,96
Итого за 'Ужин'		31,15	18,16	23,55	1,21	130,28	845,41	165,6	135,2	439,7	5,41	39,24	133,89	8,4	0,53	
второй ужин																1,1
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
вафли сб.2021	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	52,29
Итого за 'второй ужин'		6,86	6,11	7,25	0,00	41,17	249,03	228,9	29,66	179,4	0,78	26,08	47,55	0,28	0,07	1,1
Итого за день		110,02	72,17	112,76	5,49	450,49	3198,95	1229	422,4	1909	22,5	491,7	1576	23,3	1,43	126,3

Завпроизводством: ЖК (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.02.2024г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	160	14,81	15,76	23,96	0,00	2,66	285,13	101,8	17,07	226	2,54	244,6	407,79	0,84	0,07	0,22
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 сыром №4, сб.2021г.	50/20	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
Кефир №297 сб. 2021	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03
вафли сб.2021	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
Итого за 'Завтрак'		31,03	26,62	37,17	0,52	79,03	768,04	545,7	75,77	582,3	4,54	322	500,59	1,9	0,23	1,65
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	60	2,13	1,14	6,29	0,09	5,48	85,32	11,9	12,1	42,15	0,49	13,5	261,85	2,78	0,05	1,51
Рассольник домашний №59, сб.2021	200	1,96	0,20	4,99	0,24	13,30	104,04	28,07	21,75	52,77	0,83	12	175,68	1,58	0,08	8,41
Гуляш №96, сб.2021	110	15,18	14,59	15,73	0,00	3,83	217,04	12,4	20,45	157,1	2,3	0	10,73	2,06	0,03	0,3
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	0
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13
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 подовый "Уныш" №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
мандарины сб.2021г.	185	1,48	0,00	0,37	0,37	17,39	75,11	64,75	20,35	31,45	0,19	0	18,5	0,37	0,11	70,3
Итого за 'Обед'		28,13	15,95	31,50	1,01	119,53	849,82	172,8	121,3	481,8	5,94	49,42	609,88	8,81	0,38	80,65
Итого за день		59,16	42,57	68,68	1,54	198,56	1617,87	718,4	197,1	1064	10,5	371,4	1110,47	10,71	0,61	82,29

Запроизводством:

Ис

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

К

(Кузьмина О.В.)

Б.Р.Баев

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская К

Б.

ГБОУ
Уфимская К
КШИА №92

Наименование

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)