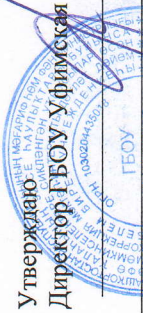


МЕНЮ на 16.01.2024г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						
		в т.ч. жив.		в т.ч. раст.				Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
		всего		всего														
Завтрак																		
Суфле-творожное запеченное со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	200	9,61	8,89	10,50	0,16	20,88	215,55	89,07	13,01	110,5	0,6	69,44	107,56	0,45	0,04	0,12		
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 салатом №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		
Салаат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04		
Сок фруктовый ТК № 6	192,8	0,96	0,00	0,19	0,19	19,86	83,37	13,5	7,71	13,5	2,7	0	0	0,19	0,02	3,86		
Итого за 'Завтрак'		23,86	16,94	22,30	0,87	89,78	646,15	436,1	79,66	397,4	5,91	122,6	179,03	2,83	0,18	5,67		
Обед																		
Икра морковная №46, сб. 2021	60	1,15	0,00	4,63	0,00	7,04	71,27	18,62	23,81	38,02	0,58	0	1154,16	2,43	0,03	1,39		
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,61	7,98	8,81	0,37	18,19	188,73	21,9	27,9	117,8	1,36	25,19	209,95	0,41	0,09	6,19		
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160	3,33	0,06	9,83	0,54	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92		
Компот из апельсина №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 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'		29,38	21,73	31,03	1,04	87,37	733,47	112,1	126,5	435	4,91	79,68	1813,76	7,83	0,36	33,51		
Полдник																		
Кефир №297 сб. 2021	181,8	5,17	5,17	5,70	0,00	7,13	103,87	213,8	24,94	169,3	0,18	35,63	40	0	0,05	1,25		
апельсин сб.2021г.	250	1,86	0,00	0,41	0,41	21,24	91,74	70,13	26,81	47,44	0,62	0	16,5	0,41	0,08	123,8		
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 'Полдник'		8,14	5,17	7,43	0,41	60,53	333,39	290,3	55,76	231,1	1,4	36,43	57,7	0,69	0,15	125		
Ужин																		
Котлеты пожарские из птицы №613, сб. Онищенко Г.Г.	100	14,83	13,56	17,66	3,80	8,85	253,21	19,59	19,19	139,1	1,55	46,65	57,6	2,38	0,06	0,53		
Соус томатный №248, сб. 2021	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09		
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0		
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		
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'		24,65	15,04	24,94	4,15	64,97	580,95	91,22	46,76	252,6	3,13	78,97	181,92	3,8	0,2	1,87		
Итого за день		92,81	64,99	91,77	6,60	318,40	2437,29	1155	338,6	1492	15,8	343	2278,76	15,32	0,97	167,2		

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

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



МЕНЮ на 16.01.2024г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углевод-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				
	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
																		Итого за 'Завтрак'
Завтрак																		
Суфле творожное запеченное со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	220	10,57	9,77	11,55	0,17	22,97	237,11	97,97	14,31	121,5	0,66	118,32	0,5	0,04	0,13			
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	22,07	0,01	0,03	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	47,6	0,77	0,09	0,14			
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	100	1,21	0,00	4,56	0,00	12,86	91,86	28,23	16,42	30,65	1,43	3	2,34	0,01	1,73			
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0,2	0,02	4			
Итого за 'Завтрак'		25,35	17,83	25,18	0,90	97,75	707,56	456,8	87,82	421,2	6,64	190,99	3,82	0,19	6,52			
Обед																		
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	1923,6	4,05	0,06	2,31			
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	10,14	7,98	9,24	0,46	22,73	212,47	25,83	33,16	131,5	1,55	26,89	0,46	0,11	7,66			
Филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	120	17,01	16,43	9,07	0,01	15,40	210,57	31,37	32	190,9	1,14	31,44	5,19	0,08	0,25			
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,68	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	524,06	0,52	0,17	16,16			
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	4,1	0,11	0,02	12,8			
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	0,15	0,21	0,03	0			
Итого за 'Обед'		34,67	24,49	38,58	1,33	107,88	900,56	141,6	164,6	537	6,23	2737,91	10,53	0,46	39,18			
Полдник																		
Кефир №297 сб. 2021	181,8	5,17	5,17	5,70	0,00	7,13	103,87	213,8	24,94	169,3	0,18	35,63	40	0,05	1,25			
апельсин сб.2021г.	250	1,86	0,00	0,41	0,41	21,24	91,74	70,13	26,81	47,44	0,62	16,5	0,41	0,08	123,8			
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 'Полдник'		8,14	5,17	7,43	0,41	60,53	333,39	290,3	55,76	231,1	1,4	36,43	57,7	0,69	1,25			
Ужин																		
Котлеты пожарские из птицы №613, сб. Онищенко Г.Г.	120	17,80	16,27	21,20	4,56	10,62	303,85	23,51	23,03	166,9	1,86	55,98	69,12	2,86	0,07	0,63		
Соус томатный №248, сб. 2021	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,65	37,88	2,93	4,48	8,35	0,2	11,21	101,68	0,15	0,01	1,36		
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0		
Чай с молоком №301, сб. шк. 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		
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	0,69	0,08	0			
Итого за 'Ужин'		30,34	17,76	29,84	5,11	84,41	725,10	102	59,38	307	4,01	219,07	4,72	0,25	2,25			
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		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0,17	0,02	0			
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1		
Итого за день		105,28	71,35	107,09	7,87	366,33	2809,94	1216	397,5	1673	18,7	379,2	3252,01	19,94	1,14	17,4		

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.01.2024г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг			
Завтрак																			
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	180	8,65	8,00	9,45	0,14	18,80	194,00	80,16	11,71	99,41	0,54	62,5	96,81	0,41	0,03	0,11			
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.	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			
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04			
Итого за 'Завтрак'		21,94	16,05	21,05	0,66	67,83	541,23	413,7	70,64	372,9	3,15	115,7	168,28	2,59	0,16	1,8			
Обед																			
Икра морковная №46, сб. 2021	60	1,15	0,00	4,63	0,00	7,04	71,27	18,62	23,81	38,02	0,58	0	1154,16	2,43	0,03	1,39			
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,61	7,98	8,81	0,37	18,19	188,73	21,9	27,9	117,8	1,36	25,19	209,95	0,41	0,09	6,19			
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21			
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160	3,33	0,06	9,83	0,54	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92			
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 с сыром №4, сб.2021г.	40	3,38	1,87	2,09	0,19	9,81	71,65	75,64	10,19	59,3	0,43	14,97	17,31	0,28	0,03	0,05			
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			
Итого за 'Обед'		32,50	23,61	33,07	1,18	95,54	797,54	186,4	134,8	488,1	5,19	94,65	1831,03	8,05	0,39	33,56			
Итого за день		54,43	39,66	54,13	1,85	163,37	1338,77	600	205,5	860,9	8,34	210,3	1999,31	10,64	0,55	35,37			

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.01.2024г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		в т.ч. жив.	в т.ч. раст.	в т.ч. жив.	в т.ч. раст.	Mg			P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг		
																всего	всего
Завтрак																	
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	220	10,57	9,77	0,00	11,55	0,17	22,97	237,11	97,97	14,31	121,5	0,66	76,39	118,32	0,5	0,04	0,13
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	0,00	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	60/30	9,28	5,15	0,52	5,74	0,00	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Салаг "Пестрый" №33, сб.2021	100	1,21	0,00	4,56	0,00	12,86	91,86	28,23	28,23	16,42	30,65	1,43	0	3	2,34	0,01	1,73
Итого за 'Завтрак'		24,35	17,83	0,70	24,98	0,70	77,15	621,08	442,8	79,82	407,2	3,84	129,6	190,99	3,62	0,17	2,52
Обед																	
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	10,14	7,98	0,46	9,24	0,46	22,73	212,47	25,83	33,16	131,5	1,55	26,89	254,55	0,46	0,11	7,66
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	120	17,01	16,43	0,01	9,07	0,01	15,40	210,57	31,37	32	190,9	1,14	11,02	31,44	5,19	0,08	0,25
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,68	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16	
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 с сыром №4, сб.2021г.	60	5,06	2,81	0,29	3,13	0,29	14,71	107,47	113,5	15,29	88,95	0,65	22,45	25,96	0,42	0,05	0,07
Хлеб пшеничный "Уныш" №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'		39,33	27,30	1,54	41,63	1,54	120,04	996,19	252,9	177	616,3	6,63	117	2763,81	10,87	0,5	39,25
Итого за день		63,67	45,13	2,23	66,61	2,23	197,19	1617,27	695,7	256,8	1023	10,5	246,5	2954,8	14,48	0,67	41,78

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