

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



МЕНЮ на 16.04.2024 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	А,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	200	5,04	2,97	8,07	0,00	31,56	217,69	125,2	28,18	130	0,43	53,07	59,79	0,18	0,06	0,54		
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		
Сок фруктовый ТК № 6	203,4	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'		18,59	11,02	17,14	0,72	93,48	596,29	455,8	85,27	399,1	4,99	106,2	129,46	1,16	0,2	5,2		
Обед																		
помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 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		
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36		
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		
спагетти 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		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18		
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		
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		
Итого за 'Обед'		28,44	14,82	24,41	0,86	120,68	795,62	118,3	109,8	346,1	6,85	45,23	463,79	5,66	0,29	26,84		
Полдник																		
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	155	19,47	19,02	11,77	0,14	37,85	332,50	147,2	22,7	194	0,78	55,02	105,08	0,51	0,04	0,14		
кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2		
Итого за 'Полдник'		19,47	19,02	11,77	0,14	53,68	392,67	367,2	34,88	194	0,78	157	108,36	0,51	0,34	11,34		
Ужин																		
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		
Тефтели рыбные № 87, сб.2021	90/60	13,06	0,46	12,57	0,00	18,07	235,87	30,21	21,1	97,6	0,79	26,33	112,31	0,14	0,09	3,07		
Картофельные лепешки №162, сб. 2021	150	6,82	1,04	10,17	0,00	41,78	285,02	24,6	27,23	93,88	1,34	40,7	105,52	0,89	0,11	3,94		
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12		
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 'Ужин'		21,92	1,51	27,53	0,12	80,50	649,59	79,58	77,48	246,3	3,16	67,03	1372,23	3,62	0,26	9,52		
второй ужин																		
банан сб.2021г. ТК № 5	203,4	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22		
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51		
Итого за 'второй ужин'		9,56	6,26	8,01	1,10	58,57	335,91	276,6	122,6	266,6	1,54	43,16	92,44	0,88	0,15	23,51		
Итого за день		97,98	52,63	88,85	2,94	406,92	2770,07	1297	430	1452	17,3	418,7	2166,29	11,83	1,24	76,4		

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 16.04.2024 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	220	5,54	3,26	8,87	0,00	34,71	239,46	137,8	31	143	0,47	58,37	65,77	0,2	0,06	0,59		
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		
Сок фруктовый ТК № 6	203,4	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'		19,10	11,32	17,94	0,72	96,63	618,05	468,3	88,08	412,1	5,03	111,5	135,44	1,18	0,2	5,25		
Обед																		
помидоры свежие урожай 2024 года 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		
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250/10	2,00	0,26	5,36	0,08	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95		
Гуляш №96, сб.2021	60/60	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	0,33		
спагетти 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		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18		
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	0		
Итого за 'Обед'		31,37	16,20	27,60	0,93	131,17	877,67	130,4	119,2	374	7,35	55,82	547,19	6,14	0,32	33,46		
Полдник																		
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	220	27,64	27,00	16,71	0,20	53,72	471,93	209	32,22	275,3	1,11	78,09	149,15	0,73	0,06	0,19		
кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2		
Итого за 'Полдник'		27,64	27,00	16,71	0,20	69,55	532,10	429	44,4	275,3	1,11	180,1	152,43	0,73	0,36	11,39		
Ужин																		
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	0	1923,6	4,05	0,06	2,31		
Тефтели рыбные № 87, сб.2021	100/60	12,24	9,60	11,25	0,00	20,48	230,16	36,36	23,92	114,3	0,85	21,99	127,28	0,16	0,07	3,55		
Картофельные лепешки №162, сб. 2021	180	8,18	1,25	12,20	0,59	50,13	342,02	29,52	32,67	112,7	1,6	48,84	126,62	1,07	0,14	4,73		
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12		
Хлеб подовый "Уньш" №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 'Ужин'		23,56	10,85	31,39	0,77	98,00	757,86	104,8	103,9	314,9	4,06	70,84	2177,8	5,5	0,29	11,71		
второй ужин																		
банан сб.2021г. ТК № 5	203,4	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22		
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51		
Итого за 'второй ужин'		9,56	6,26	8,01	1,10	58,57	335,91	276,6	122,6	266,6	1,54	43,16	92,44	0,88	0,15	23,51		
Итого за день		111,22	71,63	101,65	3,72	453,94	3121,59	1409	478,2	1643	19,1	461,4	3105,3	14,43	1,33	85,32		

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 16.04.2024 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	PЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48	
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	60/30	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	
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51	
Итого за 'Завтрак'		23,35	16,98	23,04	0,52	78,35	613,84	688,3	104,7	577,1	2,36	144,1	171,93	0,94	0,23	2,65	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 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	
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250/10	2,00	0,26	5,36	0,08	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95	
Гуляш №96, сб.2021	60/60	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	0,33	
спагетти 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	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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 подовый "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'		30,90	16,20	27,58	0,90	128,01	862,17	130,4	118,9	376,1	7,42	55,82	547,28	6,09	0,31	33,46	
Итого за день		54,25	33,19	50,61	1,42	206,36	1476,01	818,7	223,6	953,2	9,78	199,9	719,2	7,03	0,55	36,11	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)