

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



МЕНЮ на 19.03.2024 г. интернат 7-11 лет

	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 крупой ("Артек" - рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52			
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52			
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом сыром №1, сб.2021г	60/5/20	9,85	5,20	13,89	0,59	30,42	286,33	210,7	30,18	170,6	1,33	98,98	112,9	0,96	0,1	0,14			
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0			
Сок фруктовый ТК № 6	203,7	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'		23,51	17,43	26,67	0,79	81,06	653,21	463	73,38	447	5,62	258,6	302,55	1,54	0,21	5,18			
Обед																			
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2024 года ТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14			
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28			
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2			
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,00	21,68	140,54	35,6	28,4	83,2	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38			
Компот из мандаринов №308, сб. 2021	200	0,23	0,00	0,05	0,06	16,19	62,95	9,64	2,87	4,44	0,07	0	3	0,06	0,01	4,56			
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'		26,06	19,21	36,97	15,56	66,41	693,49	90,76	91,56	355,8	5,46	32,61	286,72	8,2	0,31	35,42			
Полдник																			
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	150/15	30,95	28,84	5,48	0,00	42,18	340,84	154,6	33,63	241,8	0,94	39,9	45,65	0,38	0,07	0,41			
Напиток морковно-яблочный №316, сб. 2021	180	0,50	0,00	0,07	0,00	12,51	49,04	10,74	13,34	19,12	0,46	0	756,54	0,17	0,02	1,19			
Итого за 'Полдник'		31,46	28,84	5,55	0,00	54,69	389,87	165,3	46,97	260,9	1,4	39,9	802,19	0,55	0,09	1,6			
Ужин																			
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	60	0,78	0,00	3,47	0,00	10,66	72,85	14,42	8,44	16,57	0,54	0	0,98	1,77	0	0,39			
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25			
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			
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			
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			
Итого за 'Ужин'		23,83	17,41	9,45	0,33	63,54	425,95	109,9	81,17	305,7	2,95	35,89	123,48	3,4	0,27	6,95			
второй ужин																			
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			
банан сб.2021г. ТК № 5	245	3,68	0,00	1,23	1,23	55,62	233,98	19,6	102,9	68,6	1,47	0	49	0,98	0,1	24,5			
Итого за 'второй ужин'		9,93	6,26	8,13	1,23	64,25	359,78	278,6	133,1	273,6	1,69	43,16	97,44	0,98	0,16	26,01			
Итого за день		114,79	89,15	86,77	17,90	329,95	2522,30	1107	426,2	1643	17,1	410,2	1612,38	14,67	1,05	75,15			

Зав.производством: [подпись] (Хурматуллина Р.М.)

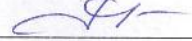
Медсестра [подпись] (Кузьмина О.В.)

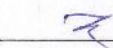
Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
 Б.Р.Баев



МЕНЮ на 19.03.2024 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	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65		
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 сыром №3, сб.2021г.	100/10/30	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21		
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0		
Сок фруктовый ТК № 6	203,7	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'		26,97	20,73	30,29	0,79	84,77	714,89	587,7	83,12	529,4	5,74	283,6	334,46	1,59	0,22	5,38		
Обед																		
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2024 года ТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14		
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,29	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6		
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2		
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		
Компот из мандаринов №308, сб. 2021	200	0,23	0,00	0,05	0,06	16,19	62,95	9,64	2,87	4,44	0,07	0	3	0,06	0,01	4,56		
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 'Обед'		28,09	19,87	38,88	16,53	77,23	760,88	102,8	104,1	392,1	6,05	39,7	338,97	8,37	0,37	38,82		
Ужин																		
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	200/20	41,27	38,46	7,31	0,00	56,24	454,45	206,1	44,84	322,4	1,25	53,2	60,87	0,51	0,1	0,55		
Напиток морковно-яблочный №316, сб. 2021	200	0,56	0,00	0,08	0,00	13,90	54,49	11,93	14,82	21,25	0,51	0	840,6	0,19	0,02	1,32		
Итого за "		41,83	38,46	7,39	0,00	70,14	508,94	218	59,66	343,7	1,76	53,2	901,47	0,7	0,12	1,87		
Ужин																		
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	60	0,78	0,00	3,47	0,00	10,66	72,85	14,42	8,44	16,57	0,54	0	0,98	1,77	0	0,39		
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33		
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	28,70	166,08	16,86	37,56	95,55	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26		
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		
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		
Итого за 'Ужин'		30,79	22,73	10,50	1,15	75,31	509,74	122,6	99,93	380,3	3,61	42,97	156,85	3,95	0,34	8,24		
второй ужин																		
ряженка №297 сб. 2021	189,3	6,95	6,95	7,67	0,00	9,59	139,79	287,7	33,57	227,8	0,24	47,95	53,83	0	0,07	1,68		
банан сб.2021г. ТК № 5	245	3,68	0,00	1,23	1,23	55,62	233,98	19,6	102,9	68,6	1,47	0	49	0,98	0,1	24,5		
Итого за 'второй ужин'		10,63	6,95	8,90	1,23	65,21	373,76	307,3	136,5	296,4	1,71	47,95	102,83	0,98	0,17	26,18		
Итого за день		138,31	108,74	95,96	19,69	372,65	2868,20	1338	483,3	1942	18,9	467,5	1834,58	15,59	1,22	80,48		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 19.03.2024 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																	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 сыром №3, сб.2021г.	60/10/30	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21	
банан сб.2021г. ТК № 5	245	3,68	0,00	1,23	1,23	55,62	233,98	19,6	102,9	68,6	1,47	0	49	0,98	0,1	24,5	
Итого за 'Завтрак'		23,37	14,46	25,64	1,81	119,49	785,06	567,5	172,4	494,1	3,24	153,6	248,26	2,06	0,27	25,88	
Обед																	
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2024 года ТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14	
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,29	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6	
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2	
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	
Компот из мандаринов №308, сб. 2021	200	0,23	0,00	0,05	0,06	16,19	62,95	9,64	2,87	4,44	0,07	0	3	0,06	0,01	4,56	
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'		30,79	19,87	39,20	16,85	94,91	845,27	109,7	114,2	416,6	6,59	39,7	338,91	8,8	0,42	38,82	
Итого за день		54,15	34,33	64,84	18,66	214,39	1630,33	677,2	286,6	910,7	9,83	193,3	587,17	10,86	0,69	64,69	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)