

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



МЕНЮ на 20.02.2024г. 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	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	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
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	206,9	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'		18,77	12,13	21,77	0,79	80,50	585,81	269,7	71,47	343,1	5,94	217,5	255,02	1,46	0,21	5,04	
Обед																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43	
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	200	9,39	7,55	8,40	0,16	13,87	167,29	15,52	22,55	110,4	1,67	16,8	179,46	0,4	0,08	3,68	
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	150	4,09	0,00	6,63	0,87	35,03	214,34	19,26	43,54	109,9	1,71	0	6,58	3,15	0,19	17,4	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	80	5,96	0,00	0,71	0,71	36,77	180,35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		34,39	20,18	25,82	1,75	120,91	840,81	93,15	123,1	398,4	5,75	22,26	876,66	4,66	0,38	31,98	
Полдник																	
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,67	20,25	12,53	0,15	31,28	319,60	154,9	23,26	205,3	0,66	58,57	111,86	0,55	0,04	0,11	
Йогурт №297 сб. 2021	180	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	
Итого за 'Полдник'		24,93	24,51	17,24	0,15	37,16	405,30	331,3	43,84	345	0,81	87,97	144,86	0,55	0,09	1,14	
Ужин																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	70	0,82	0,00	6,22	0,00	8,41	89,40	17,39	19,83	33,29	0,42	0	1120	3,33	0,03	1,54	
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,81	5,32	15,87	0,00	34,67	325,45	210,4	18,56	163,4	0,92	112,8	125,96	0,99	0,07	0,14	
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	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
Итого за 'Ужин'		14,34	5,32	22,44	0,36	79,51	570,20	240,3	50,87	228,1	2,09	112,8	1247,16	4,78	0,15	5,28	
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	
Итого за 'второй ужин'		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	
Итого за день		98,17	68,25	93,21	3,05	327,09	2513,37	1157	314,9	1479	14,8	465,8	2570,06	11,44	0,89	44,54	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 20.02.2024г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,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		
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0		
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	206,9	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'		19,65	12,86	22,79	0,79	84,20	613,13	296,4	75,82	366,6	5,99	221,9	263,13	1,48	0,21	5,17		
Обед																		
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	100	1,71	0,00	4,52	0,00	11,52	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05	8,04		
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	250	9,91	7,61	8,92	0,20	17,34	187,63	18,53	26,09	120,5	1,82	21	224,33	0,46	0,1	4,6		
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08	3,44		
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88		
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6		
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	120	8,94	0,00	1,06	1,06	55,15	270,53	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Обед'		41,73	22,76	30,20	2,32	153,71	1039,52	111,7	147,2	467,3	6,61	27,55	1094,54	5,56	0,46	38,56		
Полдник																		
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	200	25,06	24,54	15,19	0,19	37,92	387,39	187,7	28,19	248,9	0,8	70,99	135,59	0,66	0,05	0,14		
йогурт №297 сб. 2021	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23		
Итого за 'Полдник'		30,17	29,66	20,84	0,19	44,97	490,23	399,4	52,88	416,5	0,98	106,3	175,19	0,66	0,1	1,37		
Ужин																		
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2		
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	12,01	5,91	17,63	0,00	38,53	361,61	233,8	20,62	181,5	1,02	125,3	139,96	1,1	0,08	0,16		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0		
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6		
Итого за 'Ужин'		18,47	5,91	27,20	0,68	103,82	724,87	278,7	72,21	288,9	3,03	125,3	1741,16	6,74	0,22	5,96		
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		
Итого за 'второй ужин'		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		
Итого за день		115,77	77,30	106,96	3,98	395,72	2979,02	1309	373,8	1704	16,8	506,3	3320,37	14,45	1,07	52,16		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



Б.Р.Баев

МЕНЮ на 20.02.2024г. 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																	
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	11,42	5,33	17,04	0,00	38,53	353,82	211,6	19,4	168,2	1,01	120,7	134,67	1,09	0,08	0,14	
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	
йогурт №297 сб. 2021	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23	
Итого за 'Завтрак '		22,91	13,34	26,21	0,39	80,16	647,97	540,8	78,09	461,9	2,54	168	196,34	1,62	0,22	1,89	
Обед																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	100	1,71	0,00	4,52	0,00	11,52	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05	8,04	
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	250	9,91	7,61	8,92	0,20	17,34	187,63	18,53	26,09	120,5	1,82	21	224,33	0,46	0,1	4,6	
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08	3,44	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6	
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'		36,46	22,76	29,64	1,76	122,36	881,81	123,8	164,2	515	7,72	27,55	1094,63	6,2	0,54	38,56	
Итого за день		59,37	36,10	55,85	2,15	202,52	1529,79	664,6	242,3	976,9	10,3	195,5	1290,96	7,82	0,76	40,46	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)