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

МЕНЮ на 24.04.2024 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	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Булка №1, сб.2021г.	90	6,79	0,00	2,65	2,65	47,01	237,72	19,4	29,11	74,97	1,76	0	0	1,53	0,14	0
помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
Сок фруктовый ТК № 6	183,3	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'		**22,41**	**14,77**	**25,45**	**2,99**	**82,36**	**642,17**	**137,5**	**65,11**	**316,4**	**7,51**	**229,3**	**462,1**	**2,94**	**0,26**	**19,21**
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51
Суп картофельный с крупой №63, сб.2021	200	2,58	0,26	3,84	0,78	17,02	111,24	22,01	26,15	68,7	0,88	15,8	190,46	0,3	0,09	5,61
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
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
Итого за 'Обед'		**24,42**	**15,02**	**35,76**	**13,94**	**100,09**	**792,04**	**174,3**	**128,5**	**360**	**5,03**	**38,3**	**820,57**	**15,3**	**0,28**	**40,25**
Полдник																
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
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
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
Итого за 'Полдник'		**6,25**	**2,90**	**4,87**	**0,41**	**67,76**	**324,59**	**185,1**	**51,87**	**153,8**	**1,79**	**12,8**	**39,77**	**0,7**	**0,13**	**124,3**
Ужин																
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
Оладьи из печени по-кунцевски №128, сб.2021	90	24,12	22,88	16,77	0,00	17,29	315,71	32,34	28,09	369,6	7,54	5519	9681,6	1,7	0,29	14,86
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
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.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Итого за 'Ужин'		**32,13**	**22,90**	**20,63**	**0,34**	**87,70**	**657,60**	**66,2**	**55,02**	**465,2**	**9,32**	**5533**	**9716,07**	**2,93**	**0,41**	**22,86**
второй ужин																
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	0,17	0,02	0
Ряженка №297 сб. 2021	183,3	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'		**7,29**	**6,26**	**7,04**	**0,13**	**15,37**	**157,89**	**262**	**34,52**	**216,4**	**0,48**	**43,16**	**48,44**	**0,17**	**0,09**	**1,51**
Итого за день		**92,50**	**61,86**	**93,74**	**17,81**	**353,29**	**2574,29**	**825**	**335**	**1512**	**24,1**	**5857**	**11087**	**22,05**	**1,17**	**208,1**

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

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

МЕНЮ на 24.04.2024 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,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	0,25
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Булка №1, сб.2021г.	100	7,55	0,00	2,94	2,94	52,23	264,13	21,56	32,34	83,3	1,96	0	0	1,7	0,16	0
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
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'		**26,17**	**17,72**	**30,27**	**3,32**	**89,12**	**727,23**	**161,5**	**75,55**	**372,3**	**8,36**	**275,2**	**565,16**	**3,41**	**0,3**	**24,25**
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	120	4,25	2,29	12,58	0,17	10,96	170,63	23,79	24,2	84,3	0,98	27	523,69	5,57	0,1	3,01
Суп картофельный с крупой №63, сб.2021	250	3,60	0,32	4,87	1,05	24,50	153,92	29,27	36,69	95,97	1,26	19,75	238,67	0,39	0,13	8,62
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
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.	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'		**27,14**	**15,47**	**39,90**	**14,44**	**114,90**	**896,30**	**202,4**	**150,9**	**420**	**5,97**	**46,75**	**971,32**	**16,91**	**0,35**	**50,13**
Полдник																
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
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
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
Итого за 'Полдник'		**6,25**	**2,90**	**4,87**	**0,41**	**67,76**	**324,59**	**185,1**	**51,87**	**153,8**	**1,79**	**12,8**	**39,77**	**0,7**	**0,13**	**124,3**
Ужин																
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
Оладьи из печени по-кунцевски №128, сб.2021	100	20,10	19,07	13,97	0,00	14,41	263,09	26,95	23,41	308	6,28	4599	8068	1,42	0,24	12,38
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
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.	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 'Ужин'		**31,39**	**19,09**	**18,83**	**0,62**	**105,84**	**710,13**	**73,21**	**63,19**	**442,6**	**8,85**	**4616**	**8109,77**	**3,18**	**0,43**	**22,38**
второй ужин																
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	0,17	0,02	0
ряженка №297 сб. 2021	200	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
Итого за 'второй ужин'		**7,99**	**6,95**	**7,80**	**0,13**	**16,33**	**171,87**	**290,7**	**37,88**	**239,2**	**0,5**	**47,95**	**53,83**	**0,17**	**0,09**	**1,68**
Итого за день		**98,93**	**62,14**	**101,67**	**18,93**	**393,95**	**2830,13**	**913**	**379,4**	**1628**	**25,5**	**4999**	**9739,85**	**24,37**	**1,3**	**222,7**

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

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

МЕНЮ на 24.04.2024 г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Булка №1, сб.2021г.	50	3,77	0,00	1,47	1,47	26,12	132,06	10,78	16,17	41,65	0,98	0	0	0,85	0,08	0
Помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
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'		**19,51**	**14,77**	**25,39**	**1,61**	**73,03**	**587,82**	**121,3**	**48,18**	**283,5**	**4,53**	**230,1**	**463,3**	**2,34**	**0,19**	**15,21**
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
Суп картофельный с крупой №63, сб.2021	200	3,91	0,26	4,09	1,06	28,46	164,00	28,26	40,36	104,5	1,44	15,8	192,59	0,37	0,15	11,29
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
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.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	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
Итого за 'Обед'		**26,85**	**14,64**	**34,13**	**14,55**	**121,55**	**872,93**	**181,2**	**145,5**	**398,3**	**5,79**	**33,8**	**735,38**	**14,73**	**0,36**	**45,43**
Итого за день		**46,36**	**29,41**	**59,52**	**16,16**	**194,58**	**1460,74**	**302,4**	**193,6**	**681,9**	**10,3**	**263,9**	**1198,68**	**17,07**	**0,55**	**60,64**

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

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

МЕНЮ на 24.04.2024 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, 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																
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	0,25
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Булка №1, сб.2021г.	60	4,53	0,00	1,76	1,76	31,34	158,48	12,94	19,4	49,98	1,18	0	0	1,02	0,09	0
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
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'		**23,27**	**17,72**	**30,22**	**1,94**	**79,79**	**672,88**	**145,3**	**58,61**	**339,4**	**5,38**	**276**	**566,36**	**2,81**	**0,23**	**20,25**
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	120	4,25	2,29	12,58	0,00	10,96	170,63	23,79	24,2	84,3	0,98	27	523,69	5,57	0,1	3,01
Суп картофельный с крупой №63, сб.2021	250	3,22	0,32	4,80	0,97	21,28	139,06	27,51	32,69	85,87	1,1	19,75	238,07	0,37	0,11	7,02
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
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'		**29,46**	**15,47**	**40,15**	**14,51**	**129,35**	**965,83**	**207,5**	**156,9**	**434,3**	**6,36**	**46,75**	**970,65**	**17,32**	**0,39**	**48,53**
Итого за день		**52,72**	**33,20**	**70,37**	**16,45**	**209,14**	**1638,71**	**352,8**	**215,5**	**773,7**	**11,7**	**322,7**	**1537,02**	**20,13**	**0,62**	**68,78**

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