

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

МЕНЮ на 25.04.2024 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	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша из смеси круп(гречневая, овсяная, пшеничная) молочная жидкая №197, сб. 2021	200	7,90	2,78	9,63	0,00	31,74	239,27	130,7	72,39	206,6	2,14	60,95	35,3	0,05	0,2	0,5	
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	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	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	
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'		15,14	4,28	19,95	0,79	94,11	605,77	212,4	105,9	312,8	6,2	124,8	111,6	1,13	0,33	4,76	
Обед																	
Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью урожай 2024г.№15	80	0,80	0,00	3,79	0,04	3,87	51,44	29,82	14,7	23,89	0,55	0	127,34	0,43	0,02	8,72	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,24	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05	
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 подовый "Уныш" №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'		28,75	16,37	27,88	8,49	102,78	771,06	78,2	92,88	338,1	5,98	8,6	325,03	4,74	0,29	27,65	
Полдник																	
Сырники из творога №241, сб. 20121	180	35,57	33,26	7,12	0,00	42,56	376,71	206,1	40,48	295,2	0,86	49,61	56,64	0,45	0,09	0,49	
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 'Полдник'		41,31	39,37	13,06	0,00	51,57	487,96	428,6	66,14	460,1	1,04	74,9	103	0,45	0,15	1,59	
Ужин																	
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	
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб.2021	250	20,24	18,18	15,20	0,27	22,52	306,06	34,09	9,34	109	0,99	44,1	132,66	1,98	0,09	0,05	
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	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5	
Итого за 'Ужин'		23,76	18,18	19,15	0,61	70,00	534,08	70,34	43,73	177	2,89	44,1	812,56	2,62	0,18	6,98	
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	
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 'второй ужин'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23	
Итого за день		115,12	83,32	85,81	10,01	332,26	2533,78	1004	337,6	1467	16,6	287,6	1391,79	9,12	1,03	42,21	

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 25.04.2024 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша из смеси круп(гречневая, овсяная, пшениная) молочная жидкая №197, сб. 2021	240	9,48	3,34	11,55	0,00	38,08	287,12	156,8	86,87	247,9	2,57	73,14	42,36	0,06	0,24	0,6		
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		
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		
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'		16,72	4,83	21,88	0,79	100,46	653,62	238,6	120,4	354,1	6,63	137	118,66	1,14	0,37	4,86		
Обед																		
Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью урожай 2024г.№15	100	1,00	0,00	4,74	0,05	4,84	64,31	37,27	18,38	29,86	0,68	0	159,18	0,54	0,03	10,9		
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,30	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6		
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05		
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 подовый "Уныш" №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'		32,50	16,44	29,65	8,91	126,04	895,89	88,87	100,8	355,7	6,29	10,75	401,76	4,92	0,32	31,15		
Полдник																		
Сырники из творога №241, сб. 2012г	220	43,47	40,65	8,71	0,00	52,02	460,42	251,9	49,47	360,8	1,05	60,64	69,23	0,55	0,11	0,6		
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 'Полдник'		49,21	46,76	14,64	0,00	61,03	571,67	474,3	75,14	525,7	1,23	85,92	115,59	0,55	0,17	1,7		
Ужин																		
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		
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб.2021	250	20,24	18,18	15,20	0,27	22,52	306,06	34,09	9,34	109	0,99	44,1	132,66	1,98	0,09	0,05		
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		
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5		
Итого за 'Ужин'		25,14	18,18	20,19	0,74	79,04	583,52	79,7	53,83	198,8	3,36	44,1	982,41	2,84	0,21	8,59		
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		
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 'второй ужин'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23		
Итого за день		129,72	91,33	92,12	10,57	380,37	2839,63	1096	379,1	1613	18	313	1658,01	9,62	1,14	47,53		

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 25.04.2024 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Сырники из творога №241, сб. 2021	220	43,47	40,65	8,71	0,00	52,02	460,42	251,9	49,47	360,8	1,05	60,64	69,23	0,55	0,11	0,6	
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	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	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	
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 '		54,83	47,26	24,48	0,59	100,85	843,28	531,3	99,66	620,5	2,49	159,7	185,13	1,43	0,27	2,1	
Обед																	
Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью урожай 2024г.№15	100	1,00	0,00	4,74	0,05	4,84	64,31	37,27	18,38	29,86	0,68	0	159,18	0,54	0,03	10,9	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,30	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05	
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	
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	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		32,72	16,44	29,66	9,06	126,04	896,34	105,9	118,6	400	9,07	10,75	399,76	5,56	0,39	33,55	
Итого за день		87,55	63,70	54,13	9,65	226,89	1739,62	637,2	218,2	1020	11,6	170,5	584,89	6,99	0,66	35,64	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)