

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

МЕНЮ на 26.12.2023г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины						
	всего	в т.ч. жив.	в т.ч. раст.	всего	в т.ч. раст.	Са			Mg	P	Fe	A, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг				
Завтрак																				
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб.2021	160			6,00	2,25	7,89	0,00	27,31	199,93	111,3	44,74	167,5	1,27	41,2	45,5	0,57	0,16	0,41		
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		
Батон нарезной с сыром №4, сб.2021г.	60/20			11,19	5,15	7,57	2,35	41,79	280,02	213,3	36,65	184,2	1,71	41,16	47,6	1,44	0,13	0,14		
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60			0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04		
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'				22,20	10,31	21,52	2,55	111,76	716,63	464	120,3	476,1	7,21	94,36	116,97	3,62	0,35	6,11		
Обед																				
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		
Суп харчо №250, сб.Онищенко ПГ	200			9,18	7,44	7,36	0,38	18,83	176,51	19,25	29,49	122,3	1,72	6,8	178,54	0,36	0,09	6,2		
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100			14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160			3,33	0,06	9,83	0,00	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92		
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200			0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8		
Хлеб пшеничный "Уньш" №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'				28,95	21,20	29,58	0,51	88,01	721,25	109,4	128,1	439,5	5,27	61,29	1782,35	7,77	0,36	33,52		
Полдник																				
Вафли сб.2021-92	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		
Ряженка №297 сб. 2021	150			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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180			0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18		
Итого за 'Полдник'				6,10	4,26	6,74	0,72	58,92	311,10	211,6	40,78	173,9	4,71	30,2	43,2	0,64	0,11	19,03		
Ужин																				
Котлеты "Полтавские" с соусом № 539, сб.Онищенко																				
ГГ2022	120			14,93	14,25	12,51	5,13	13,96	226,82	14,95	27,96	132	1,47	8,95	81,39	2,61	0,06	1,1		
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		
Чай с молоком №301, сб. shk. 2021 г.	200			1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26		
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		
Итого за 'Ужин'				24,25	15,72	17,93	5,48	67,16	524,26	84,24	51,94	238,9	2,88	32,3	124,36	3,9	0,19	1,36		
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		
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		
Итого за 'второй ужин'				6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1		
Итого за день				88,28	57,60	81,84	9,39	341,61	2416,57	1095	371,1	1505	20,5	243,4	2113,23	16,1	1,09	61,11		

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

Медсестра _____

_____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.12.2023г. 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	А, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг		
																	всего	в т.ч. жив.
Завтрак																		
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51		
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		
Батон нарезной с сыром №4, сб.2021г-2.	100/30	12,70	5,15	8,15	2,94	52,23	332,85	217,6	43,12	200,9	2,1	41,16	47,6	1,78	0,16	0,14		
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	100	1,21	0,00	4,56	0,00	12,86	91,86	28,23	16,42	30,65	1,43	0	3	2,34	0,01	1,73		
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'		25,69	10,87	25,91	3,14	134,18	856,18	507,4	144,5	547	8,49	104,7	129,54	5,04	0,42	6,9		
Обед																		
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		
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	11,38	9,30	9,18	0,46	22,73	216,92	23,62	35,86	150,3	2,11	8,5	223,02	0,44	0,11	7,35		
Филшболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	120	17,01	16,43	9,07	0,01	15,40	210,57	31,37	32	190,9	1,14	11,02	31,44	5,19	0,08	0,25		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54		
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8		
Хлеб пшеничный "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'		35,49	25,80	37,29	1,26	104,55	879,38	136,3	162,6	544,1	6,61	70,49	2653,97	10,46	0,44	37,25		
Полдник																		
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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18		
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 'Полдник'		8,10	6,26	8,95	0,72	61,67	351,21	294,2	50,41	239,2	4,78	43,96	58,64	0,64	0,13	19,51		
Ужин																		
Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ2022	130	16,17	15,44	13,56	5,56	15,13	245,72	16,2	30,29	143	1,59	9,69	88,17	2,82	0,06	1,19		
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		
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26		
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		
Итого за 'Ужин'		27,07	16,91	19,74	5,97	78,52	597,01	88,78	57,85	263,5	3,28	35,92	136,44	4,36	0,22	1,45		
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		
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		
Итого за 'второй ужин'		6,78	6,11	6,06	0,13	15,75	143,33	225,5	29,98	176,4	0,44	25,28	46,35	0,17	0,08	1,1		
Итого за день		103,13	65,95	97,95	11,22	394,68	2827,11	1252	445,4	1770	23,6	280,3	3024,94	20,68	1,29	66,21		

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М. Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 26.12.2023г. 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	В1,мг	С,мг	
																	всего
Завтрак																	
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	150	5,63	2,11	7,40	0,00	25,60	187,44	104,3	41,95	157,1	1,19	38,63	42,65	0,54	0,15	0,38	
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	
Батон нарезной с сыром №4, сб.2021г.	50/20	11,19	5,15	7,57	2,35	41,79	280,02	213,3	36,65	184,2	1,71	41,16	47,6	1,44	0,13	0,14	
раженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26	
Итого за 'Завтрак'		25,31	15,38	23,85	2,35	88,94	667,38	641,9	124,8	604,1	3,65	127,8	152,69	1,98	0,36	2,3	
Обед																	
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	
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,11	7,44	7,34	0,37	18,19	173,54	18,9	28,69	120,3	1,69	6,8	178,42	0,35	0,09	5,88	
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160	3,12	0,06	9,22	0,51	25,01	192,26	23,32	34,99	87,82	1,35	42,48	393,05	0,39	0,13	12,12	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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'		30,47	21,19	29,17	1,22	97,55	762,03	112,2	131,7	448,2	5,52	58,46	1755,98	8,03	0,38	32,39	
Итого за день		55,78	36,57	53,02	3,57	186,48	1429,41	754,1	256,6	1052	9,17	186,2	1908,68	10,02	0,74	34,69	

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

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



МЕНЮ на 26.12 .2023г. 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	В1,мг	С,мг			
Завтрак																	
Каша овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	200	7,51	2,81	0,00	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	0,00	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
Батон нарезной с сыром №4, сб.2021г	60/30	11,19	5,15	6,26	7,57	2,35	41,79	280,02	213,3	36,65	184,2	1,71	41,16	47,6	1,44	0,13	0,14
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	0,00	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'		28,23	17,13	2,35	27,46	2,35	98,91	750,82	719,9	143,9	690,6	4,09	147,8	174,99	2,16	0,42	2,68
Обед																	
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	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
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГТ	250	11,38	9,30	0,46	9,18	0,46	22,73	216,92	23,62	35,86	150,3	2,11	8,5	223,02	0,44	0,11	7,35
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	120	17,01	16,43	0,01	9,07	0,01	15,40	210,57	31,37	32	190,9	1,14	11,02	31,44	5,19	0,08	0,25
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	0,61	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	60	3,10	0,00	0,39	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	0,10	3,58	16,58	3	4,03	13,55	0,33	0	0,09	0,12	0,02	0
Итого за 'Обед'		38,19	25,80	1,58	37,61	1,58	122,22	963,77	143,1	172,7	568,6	7,16	70,49	2653,91	10,89	0,49	37,25
Итого за день		66,41	42,93	3,93	65,07	3,93	221,13	1714,59	863	316,5	1259	11,2	218,3	2828,89	13,06	0,91	39,93

Запроизводитвом:  (Хурматуллина Р.М.) Медсестра  (Кузьмина О.В.)