

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

МЕНЮ на 29.12.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А, мг	РЭ, мг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг		
																	всего	в т.ч. жив.
Завтрак																		
Какао 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		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14		
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'		21,06	10,87	18,93	0,72	96,06	628,51	469,7	113	478,5	6,15	104,7	126,54	1,7	0,34	5,17		
обед																		
Икра свекольная № 47, сб.2021	80	1,62	0,00	5,72	0,00	10,48	95,06	28,81	18,93	38,69	1,13	0	28,42	3,01	0,02	2,8		
Ши из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.-200/10	250	1,90	0,25	5,13	0,19	10,16	91,43	38,69	18,91	45,14	0,69	36,76	232,88	0,21	0,05	11,44		
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46		
Напиток яблочный №312, сб. 2021	200	0,19	0,00	0,18	0,00	14,36	56,74	7,3	3,92	4,79	0,98	0	2,5	0,1	0,01	2		
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'обед'		26,18	14,79	30,20	1,40	92,69	736,50	131,3	96,79	339,9	6,28	69,18	334,45	3,97	0,27	30,01		
полдник																		
Уточмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93		
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		
Итого за 'полдник'		8,08	5,12	7,74	0,02	33,06	231,14	17,18	13,81	79,75	1,17	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93		
Ужин																		
Плов фруктовый №221, сб. 2021	150	4,27	0,08	11,37	0,10	53,84	324,13	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	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		
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Ужин'		6,61	0,08	12,31	1,03	84,89	460,47	72,73	70,37	134,8	5,58	53,1	780,66	1,92	0,14	19,56		
Итого за день		61,93	30,85	69,17	3,17	306,70	2056,62	690,9	294	1033	19,2	244,4	1296,06	8,42	0,8	55,67		

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

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

МЕНЮ на 29.12.2023г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины					
		в т.ч. жив.		в т.ч. раст.				Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг		
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.													
Завтрак																		
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	220	8,26	3,10	10,85	0,00	37,55	274,91	153	61,52	230,4	1,75	56,65	62,56	0,79	0,21	0,56		
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 сыром №4, сб.2021г	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14		
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'		21,81	11,15	19,92	0,72	99,47	653,50	483,6	118,6	499,4	6,31	109,8	132,23	1,77	0,36	5,22		
Икра свекольная № 47, сб.2021	100	2,03	0,00	7,14	0,00	13,10	118,82	36,02	23,66	48,37	1,41	0	35,52	3,76	0,03	3,5		
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250	1,90	0,25	5,13	0,19	10,16	91,43	38,69	18,91	45,14	0,69	36,76	232,88	0,21	0,05	11,44		
Азу по-татарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	130	15,53	14,86	14,01	0,07	4,44	205,09	14,92	22,69	164	2,42	7,45	20,54	0,47	0,05	1,42		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46		
Напиток яблочный №312, сб. 2021	200	0,19	0,00	0,18	0,00	14,36	56,74	7,3	3,92	4,79	0,98	0	2,5	0,1	0,01	2		
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'		29,27	15,93	32,88	1,58	104,85	821,13	139,7	103,3	362,2	6,75	69,76	343,13	4,76	0,28	30,82		
полдник																		
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12		
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		
Итого за 'полдник'		9,68	6,15	9,29	0,02	37,85	270,35	20,56	16,57	95,7	1,4	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12		
Ужин																		
Плов фруктовый №221, сб. 2021	180	5,12	0,09	13,65	0,12	64,61	388,95	47,31	57,25	117,5	1,47	63,72	925,99	1,56	0,06	1,87		
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		
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		
Чай №300, сб. 2021-б/с	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Ужин'		7,98	0,09	14,65	1,12	99,03	541,33	82,12	82,07	160,1	5,96	63,72	934,99	2,26	0,16	19,87		
Итого за день		68,75	33,32	76,73	3,44	341,19	2286,31	725,9	320,5	1117	20,4	264,2	1475,65	9,8	0,86	57,03		

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

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

МЕНЮ на 29.12.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг			
																	всего	в т.ч. жив.	всего
Завтрак																			
Плов фруктовый №221, сб. 2021	150	4,27	0,08	11,37	0,10	53,84	324,13	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56			
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 сыром №4, сб.2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14			
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 'Завтрак'		17,54	8,13	20,96	1,34	116,04	703,86	384,8	113	372,8	6,94	106,3	850,33	2,44	0,23	20,22			
обед																			
Икра свекольная № 47, сб.2021	60	1,22	0,00	4,29	0,00	7,86	71,29	21,61	14,2	29,02	0,85	0	21,31	2,26	0,02	2,1			
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.- 200/10	200	1,52	0,20	4,11	0,15	8,13	73,15	30,95	15,13	36,11	0,55	29,41	186,3	0,17	0,04	9,15			
Азу по-тагарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31			
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,22	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38			
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93			
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.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0			
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0			
Итого за 'обед'		31,01	19,72	34,26	1,18	98,45	814,44	139,1	109,3	418,3	9,19	75,03	324,12	4,41	0,34	27,88			
Итого за день		48,55	27,85	55,22	2,52	214,49	1518,31	523,9	222,3	791,1	16,1	181,3	1174,45	6,85	0,56	48,09			

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 29.12 .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.	всего	в т.ч. раст.			Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	150	4,27	0,08	0,10	11,37	0,10	53,84	324,13	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56
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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	60/30	9,28	5,15	0,52	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	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 'Завтрак'		17,54	8,13	1,34	20,96		116,04	703,86	384,8	113	372,8	6,94	106,3	850,33	2,44	0,23	20,22
обед																	
Икра свекольная № 47, сб.2021	100	2,03	0,00	0,00	7,14	0,00	13,10	118,82	36,02	23,66	48,37	1,41	0	35,52	3,76	0,03	3,5
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250	1,90	0,25	0,19	5,13	0,19	10,16	91,43	38,69	18,91	45,14	0,69	36,76	232,88	0,21	0,05	11,44
Азу по-тагарски №491, сб.Онищенко Г.Г.	120	14,34	13,72	0,07	12,93	0,07	4,10	189,32	13,77	20,95	151,4	2,23	6,88	18,96	0,43	0,04	1,31
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	0,62	5,71	0,62	26,02	168,69	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	0,00	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	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.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'обед'		32,81	19,91	1,32	39,10		110,06	908,37	168,3	128,2	463,3	10,1	86,64	393,52	5,99	0,38	33,64
Итого за день		50,35	28,04	2,66	60,06		226,10	1612,24	553,2	241,2	836,1	17,1	192,9	1243,85	8,43	0,61	53,86

Завпроизводителем: _____ (Хурмагуллина Р.М.) Мелдестра _____ (Кузьмина О.В.)