

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



МЕНЮ на 30.01.2024г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Суфле творожное запеченное со сгущенным молоком №435 сб. Онищенко Г.Г.	180	9,41	8,76	7,83	0,14	26,76	212,62	112,5	15,51	121,6	0,54	47,06	79,95	0,38	0,04	0,16	
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.	60/20	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	
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 "		23,70	16,81	19,64	0,87	96,40	646,32	460	82,45	409	5,95	100,2	151,42	2,76	0,18	5,86	
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	3,33	0,06	9,83	0,54	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92	
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1	
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'		28,50	21,20	29,57	1,04	93,26	738,24	96,11	123,1	428,9	5,58	61,29	1779,38	7,71	0,35	21,4	
Полдник																	
снежок №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	
апельсин сб.2021г.	180	1,34	0,00	0,30	0,30	15,30	66,05	50,49	19,31	34,16	0,45	0	11,88	0,3	0,06	89,1	
мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Полдник'		6,61	5,12	5,94	0,30	52,99	285,68	262,2	44	201,7	0,62	35,28	51,48	0,3	0,11	90,33	
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. 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.	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 кипячсное №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		89,84	64,96	79,13	7,81	325,57	2337,83	1128	331,4	1455	15,5	254,4	2152,99	14,84	0,91	120,1	

Зав.производством:

Handwritten signature

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Handwritten signature

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



Б.Р.Баев

МЕНЮ на 30.01.2024г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Суфле творожное запеченое со сгущенным молоком №435 сб. Онищенко Г.Г.	200	10,46	9,73	8,70	0,16	29,74	236,24	124,9	17,24	135,1	0,6	52,28	88,83	0,42	0,04	0,18	
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.	80/30	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	
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'		25,23	17,78	22,33	0,88	104,52	706,69	483,8	90,74	434,8	6,59	105,4	161,5	3,74	0,19	6,57	
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	
Фишболы 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	
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1	
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'		35,12	25,80	37,29	1,26	110,45	899,34	123,3	158,4	535,6	6,96	70,49	2651,12	10,4	0,43	25,45	
Полдник																	
снежок №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	
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104	
мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Полдник'		6,83	5,12	5,99	0,35	55,54	296,69	270,6	47,22	207,4	0,7	35,28	53,46	0,35	0,12	105,2	
Ужин																	
Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ	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	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.	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'		26,86	15,73	18,83	5,67	84,10	610,19	90,54	59,83	263,8	3,42	35,17	129,66	4,32	0,23	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		100,82	70,54	90,50	8,29	370,36	2656,24	1194	386,2	1618	18,1	271,7	3042,09	18,98	1,06	139,7	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

