

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



МЕНЮ на 28.02.2024г. интернат с 12 лет и старше

	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- да, 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		
																	всего	в т.ч. жив.
Завтрак																		
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96		
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 №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0		
апельсин сб.2021г.	270	2,55	0,00	0,85	0,85	38,59	162,35	13,6	71,4	47,6	1,02	0	34	0,68	0,07	17		
Сок фруктовый ТК № 6	204,1	1,02	0,00	0,20	0,20	21,02	88,25	14,29	8,16	14,29	2,86	0	0	0,2	0,02	4,08		
Итого за 'Завтрак'		25,86	16,65	26,78	1,71	110,70	769,01	204,9	133	405,9	7,9	232,6	100,97	1,84	0,34	24,3		
Обед																		
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	250	2,23	0,24	5,25	0,00	14,10	109,68	30,45	17,09	61,09	0,63	8,57	207,29	1,93	0,04	7,63		
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	120	24,99	18,83	19,60	0,00	4,31	292,90	20,71	23,67	161,1	2,54	9,18	261,6	0,63	0,04	0,08		
Ризотто ТК № 381 сб.Онищенко ГГ	180	4,98	0,00	14,78	14,78	50,29	352,50	15,43	41,9	108,3	0,91	0	595,8	6,77	0,07	7,23		
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32		
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'		34,22	19,07	39,81	14,96	119,27	950,54	101,6	107,2	373,2	5,14	17,75	1181,39	10,57	0,18	15,26		
Полдник																		
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	61,4	5,68	0,00	2,16	2,16	59,78	275,63	20,38	26,04	64,14	1,86	0	0	1,25	0,12	0,16		
йогурт №297 сб. 2021-2	200	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 'Полдник'		10,79	5,12	7,81	2,16	66,84	378,48	232,1	50,73	231,7	2,04	35,28	39,6	1,25	0,17	1,4		
Ужин																		
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	100	1,31	0,00	5,78	0,00	17,77	121,42	24,03	14,07	27,62	0,9	0	1,63	2,94	0,01	0,65		
Запсканка картофельная с овощами №173, сб. 2021	200	5,80	2,43	10,47	0,64	28,95	228,89	30,85	31,41	106,5	1,61	21,78	13,33	0,07	0,11	4,81		
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		
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52		
Итого за 'Ужин'		14,66	5,52	27,74	1,23	92,06	661,69	175,4	77,07	265,5	3,83	91,6	102,27	3,89	0,24	5,98		
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		92,31	52,48	108,20	20,19	404,61	2903,05	939,5	398	1453	19,4	402,5	1470,58	17,72	1,02	48,03		

Завпроизводством:

Л

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

К

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



Б.Р.Баев

МЕНЮ на 28.02.2024г. 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	
Завтрак																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	160	13,85	13,51	21,00	0,00	5,35	262,76	96,8	22,93	220,5	2,36	201,4	49,75	0,08	0,12	2,63	
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 №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	
йогурт №297 сб. 2021-2	200	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	
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Завтрак'		24,71	20,11	33,96	0,26	55,11	620,98	367,6	62,34	450	3,12	242,7	100,35	0,42	0,23	4,12	
Обед																	
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	60	0,78	0,00	3,47	0,00	10,66	72,85	14,42	8,44	16,57	0,54	0	0,98	1,77	0	0,39	
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200	1,78	0,19	4,20	0,00	11,28	87,74	24,36	13,67	48,87	0,51	6,86	165,83	1,54	0,04	6,1	
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07	
Ризотто ТК № 381 сб.Онищенко ГГ	150	4,07	0,00	12,31	12,31	41,47	291,90	12,34	34,48	89,3	0,72	0	480	5,6	0,05	0,74	
Сок фруктовый ТК № 6	204,1	1,02	0,00	0,20	0,20	21,02	88,25	14,29	8,16	14,29	2,86	0	0	0,2	0,02	4,08	
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	
Хлеб пшеничный "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'		32,26	15,89	34,03	13,50	154,17	1021,03	105,5	172,9	372,2	5,63	14,51	1017,63	9,76	0,24	25,8	
Итого за день		56,97	36,00	67,99	13,76	209,28	1642,01	473,1	235,2	822,2	8,76	257,2	1117,98	10,19	0,47	29,93	

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

