

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 03.02.2022г. 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	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога со сметаной №239, сб. шк. 2021 г.	220	35,22	33,08	28,83	0,23	33,85	539,20	305,6	44,54	388,8	1,1	189,2	215,42	0,92	0,1	0,54	
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 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	
конфеты шоколадные сб.2021	80	1,20	0,00	5,76	0,00	65,44	305,31	14,4	21,6	32,8	1,28	0	0	0	0,01	0	
Итого за 'Завтрак'		48,98	41,14	43,46	0,75	140,61	1136,62	636,6	115,2	676,6	4,13	242,4	285,09	1,7	0,22	1,2	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
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	40	2,64	0,00	0,23	0,23	20,72	95,73	5,2	3,75	17,42	0,34	0	0	0,44	0,03	0	
Хлеб пшенично- ржаной	48	3,17	0,00	0,58	0,58	20,02	91,38	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		30,54	14,40	33,31	14,37	116,31	863,59	146,9	102	322	7,21	29,33	655,55	13,5	0,34	41,69	
Итого за день		79,52	55,54	76,76	15,12	256,92	2000,21	783,5	217,2	998,5	11,3	271,7	940,64	15,2	0,56	42,89	

Запроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 03.02.2022г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углев-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																	
Запеканка из творога со сметаной №239, сб. шк. 2021 г.	220	35,22	33,08	28,83	0,23	33,85	539,20	305,6	44,54	388,8	1,1	189,2	215,42	0,92	0,1	0,54	
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 с сыром №4, сб.2021г.	60/30	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	
конфеты шоколадные сб.2021	80	1,20	0,00	5,76	0,00	65,44	305,31	14,4	21,6	32,8	1,28	0	0	0	0,01	0	
Итого за 'Завтрак'		48,98	41,14	43,46	0,75	140,61	1136,62	636,6	115,2	676,6	4,13	242,4	285,09	1,7	0,22	1,2	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
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	60	3,97	0,00	0,35	0,35	31,08	143,59	7,8	5,63	26,13	0,51	0	0	0,66	0,05	0	
Хлеб пшенично- ржаной	70	4,62	0,00	0,84	0,84	29,19	133,27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		35,81	14,79	37,42	14,86	145,31	1031,77	173,9	119,6	370,9	8,11	36,66	815,63	15,22	0,42	49,5	
Итого за день		84,79	55,92	80,88	15,61	285,92	2168,39	810,5	234,8	1047	12,2	279,1	1100,72	16,92	0,64	50,7	

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

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



МЕНЮ на 03.02.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Запеканка из творога со сметаной №239, сб. шк. 2021 г.	220	35,22	33,08	28,83	0,23	33,85	539,20	305,6	44,54	388,8	1,1	189,2	215,42	0,92	0,1	0,54		
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 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'		48,78	41,14	37,90	0,95	95,77	917,79	636,2	101,6	657,8	5,65	242,4	285,09	1,9	0,24	5,2		
Обед																		
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51		
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66		
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06		
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27		
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8		
Хлеб пшенично- ржаной	120	7,92	0,00	1,44	1,44	50,04	228,46	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого за 'Обед'		34,29	14,79	37,58	15,03	132,87	967,15	159,2	110,1	336,3	5,64	36,66	816,43	14,52	0,35	46,3		
Полдник																		
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		
конфеты шоколадные сб.2021	80	1,20	0,00	5,76	0,00	65,44	305,31	14,4	21,6	32,8	1,28	0	0	0	0,01	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5		
Итого за 'Полдник'		7,64	6,11	12,39	0,70	94,75	501,75	264,9	63,01	217	5,31	25,28	55,1	0,35	0,12	18,6		
Ужин																		
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		
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	150	22,09	21,59	8,70	0,00	4,63	185,01	67,24	45,93	243,7	1,65	109,5	147,4	0,73	0,1	0,81		
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		
Хлеб пшеничный	100	6,61	0,00	0,58	0,58	51,80	239,31	13	9,38	43,55	0,85	0	0	1,1	0,09	0		
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0		
Итого за 'Ужин'		36,69	21,61	19,23	0,58	127,86	822,19	120,3	82,77	373,1	4,54	126,7	207,58	5,81	0,29	3,61		
перед сном																		
ряженка №297 сб. 2021	193,3	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 'перед сном'		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 день		132,52	88,76	112,74	17,27	458,31	3311,72	1392	382,2	1752	21,3	466,3	1403,81	22,58	1,05	74,94		

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 03.02.2022г. 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	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога со сметаной №239, сб. шк. 2021 г.	220	35,22	33,08	28,83	0,23	33,85	539,20	305,6	44,54	388,8	1,1	189,2	215,42	0,92	0,1	0,54	
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 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'		48,78	41,14	37,90	0,95	95,77	917,79	636,2	101,6	657,8	5,65	242,4	285,09	1,9	0,24	5,2	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
Хлеб пшенично- ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	33,36	152,30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		29,15	14,40	33,36	14,44	106,73	812,57	134,8	94,4	296,1	4,91	29,33	656,35	13,02	0,29	38,49	
Полдник																	
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	
конфеты шоколадные сб.2021	80	1,20	0,00	5,76	0,00	65,44	305,31	14,4	21,6	32,8	1,28	0	0	0	0,01	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
Итого за 'Полдник'		7,64	6,11	12,39	0,70	94,75	501,75	264,9	63,01	217	5,31	25,28	55,1	0,35	0,12	18,6	
Ужин																	
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	
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	120	17,67	17,27	6,96	0,00	3,70	148,01	53,79	36,74	194,9	1,32	87,59	117,92	0,59	0,08	0,65	
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	
Хлеб пшеничный	80	5,29	0,00	0,47	0,47	41,44	191,45	10,4	7,5	34,84	0,68	0	0	0,88	0,07	0	
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
Итого за 'Ужин'		29,89	17,29	16,67	0,47	109,75	699,51	102,5	70,28	307,8	3,9	101,9	172,81	5,29	0,24	3,45	
перед сном																	
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	
Итого за 'перед сном'		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	
Итого за день		119,73	83,20	105,03	16,56	412,88	3017,32	1315	349,9	1618	19,9	428,4	1202,35	20,56	0,93	66,76	

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)