

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

МЕНЮ на 12.04.2022г. 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. | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мг | РD,мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021 | 150 | 5,85 | 2,02 | 7,42 | 0,00 | 26,73 | 194,05 | 97,56 | 46,84 | 148,6 | 1,19 | 38,29 | 42,28 | 0,56 | 0,13 | 0,15 | |
| 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 | |
| апельсин сб.2021г. | 255 | 1,89 | 0,00 | 0,42 | 0,42 | 21,67 | 93,57 | 71,53 | 27,35 | 48,39 | 0,63 | 0 | 16,83 | 0,42 | 0,08 | 126,2 | |
| Итого за 'Завтрак ' | | 20,30 | 10,08 | 16,71 | 0,94 | 89,72 | 579,73 | 485,7 | 123,3 | 452,1 | 3,57 | 91,45 | 128,78 | 1,76 | 0,33 | 127 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021 | 80 | 1,34 | 0,00 | 6,39 | 0,00 | 8,73 | 92,57 | 32,34 | 18,66 | 36,68 | 1,19 | 0 | 1,88 | 3,02 | 0,01 | 1,88 | |
| Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021 | 200/10 | 1,60 | 0,21 | 4,29 | 0,00 | 11,96 | 88,90 | 33,52 | 18,37 | 41,18 | 0,87 | 30,88 | 202,5 | 0,2 | 0,04 | 6,36 | |
| Гуляш №96, сб.2021 | 60/60 | 16,56 | 15,91 | 17,16 | 0,00 | 4,17 | 236,77 | 13,53 | 22,3 | 171,4 | 2,51 | 0 | 11,7 | 2,25 | 0,04 | 0,33 | |
| 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 | |
| Напиток лимонный №313, сб. 2021 | 200 | 0,06 | 0,00 | 0,01 | 0,01 | 19,90 | 76,88 | 3,3 | 0,8 | 1,43 | 0,1 | 0 | 0,14 | 0,01 | 0 | 1,12 | |
| 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 ' | | 30,14 | 16,15 | 32,34 | 0,97 | 112,28 | 836,49 | 91,65 | 67,24 | 290 | 5,39 | 45,23 | 242,69 | 6,29 | 0,15 | 9,69 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г. | 150/15 | 20,73 | 20,25 | 12,53 | 0,15 | 40,29 | 353,95 | 156,7 | 24,17 | 206,5 | 0,83 | 58,57 | 111,86 | 0,55 | 0,04 | 0,14 | |
| Сок | 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 'Полдник ' | | 21,73 | 20,25 | 12,73 | 0,35 | 60,89 | 440,43 | 170,7 | 32,17 | 220,5 | 3,63 | 58,57 | 111,86 | 0,75 | 0,06 | 4,14 | |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Икра морковная №46, сб. 2021 | 80 | 1,53 | 0,00 | 6,17 | 0,00 | 9,38 | 95,03 | 24,82 | 31,75 | 50,7 | 0,77 | 0 | 1538,88 | 3,24 | 0,05 | 1,85 | |
| Тефтели рыбные № 87, сб.2021 | 90/60 | 13,06 | 0,46 | 12,57 | 0,00 | 18,07 | 235,87 | 30,21 | 21,1 | 97,6 | 0,79 | 26,33 | 112,31 | 0,14 | 0,09 | 3,07 | |
| Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021 | 150 | 2,89 | 0,02 | 3,59 | 0,57 | 23,92 | 138,40 | 14,05 | 31,3 | 79,63 | 1,23 | 21,59 | 28,43 | 0,19 | 0,13 | 6,05 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Итого за 'Ужин ' | | 22,89 | 1,93 | 24,24 | 0,95 | 84,65 | 641,07 | 129,7 | 95,87 | 293,2 | 3,35 | 56,92 | 1696,11 | 4,28 | 0,33 | 11,23 | |
| перед сном | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ряженка №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 'перед сном ' | | 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 день | | 100,27 | 53,62 | 91,77 | 3,21 | 354,72 | 2602,57 | 1094 | 343,7 | 1427 | 16,1 | 288,1 | 2219,81 | 13,08 | 0,93 | 153,4 | |

Зав.производством:

Ф.П.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

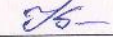
Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 12.04.2022г. 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. | | | Са | Mg | P | Fe | А,мг | РЭ,мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021 | 200 | 7,80 | 2,69 | 9,89 | 0,00 | 35,63 | 258,73 | 130,1 | 62,45 | 198,2 | 1,58 | 51,05 | 56,37 | 0,75 | 0,17 | 0,2 | |
| 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 | |
| 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 'Завтрак' | | 26,62 | 17,01 | 25,66 | 0,52 | 85,59 | 676,65 | 705,6 | 141,7 | 658,2 | 3,55 | 147,4 | 174,49 | 1,53 | 0,35 | 2,37 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021 | 100 | 1,67 | 0,00 | 7,99 | 0,00 | 10,92 | 115,71 | 40,42 | 23,32 | 45,85 | 1,49 | 0 | 2,35 | 3,77 | 0,02 | 2,35 | |
| Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021 | 250/10 | 2,00 | 0,26 | 5,36 | 0,00 | 14,95 | 111,13 | 41,9 | 22,96 | 51,48 | 1,09 | 38,6 | 253,12 | 0,25 | 0,05 | 7,95 | |
| Гуляш №96, сб.2021 | 140 | 19,32 | 18,57 | 20,02 | 0,00 | 4,87 | 276,23 | 15,78 | 26,02 | 199,9 | 2,93 | 0 | 13,65 | 2,63 | 0,04 | 0,39 | |
| 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 | |
| Напиток лимонный №313, сб. 2021 | 200 | 0,09 | 0,00 | 0,01 | 0,01 | 20,04 | 77,98 | 4,46 | 1,14 | 2,05 | 0,12 | 0 | 0,2 | 0,02 | 0 | 1,6 | |
| 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' | | 38,03 | 18,85 | 38,80 | 1,20 | 152,03 | 1084,78 | 121,1 | 87,61 | 372,6 | 6,99 | 55,82 | 301,09 | 8,3 | 0,24 | 12,29 | |
| Итого за день | | 64,65 | 35,86 | 64,47 | 1,72 | 237,62 | 1761,43 | 826,8 | 229,4 | 1031 | 10,5 | 203,2 | 475,57 | 9,82 | 0,59 | 14,65 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.04.2022г. 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 | А,мг | РЭ,мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021 | 200 | 7,80 | 2,69 | 9,89 | 0,00 | 35,63 | 258,73 | 130,1 | 62,45 | 198,2 | 1,58 | 51,05 | 56,37 | 0,75 | 0,17 | 0,2 | |
| 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 | |
| апельсин сб.2021г. | 255 | 1,89 | 0,00 | 0,42 | 0,42 | 21,67 | 93,57 | 71,53 | 27,35 | 48,39 | 0,63 | 0 | 16,83 | 0,42 | 0,08 | 126,2 | |
| Итого за 'Завтрак ' | | 22,25 | 10,75 | 19,18 | 0,94 | 98,63 | 644,42 | 518,2 | 138,9 | 501,6 | 3,97 | 104,2 | 142,87 | 1,95 | 0,37 | 127,1 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021 | 100 | 1,67 | 0,00 | 7,99 | 0,00 | 10,92 | 115,71 | 40,42 | 23,32 | 45,85 | 1,49 | 0 | 2,35 | 3,77 | 0,02 | 2,35 | |
| Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021 | 250/10 | 2,00 | 0,26 | 5,36 | 0,08 | 14,95 | 111,13 | 41,9 | 22,96 | 51,48 | 1,09 | 38,6 | 253,12 | 0,25 | 0,05 | 7,95 | |
| Гуляш №96, сб.2021 | 130 | 17,94 | 17,24 | 18,59 | 0,00 | 4,52 | 256,50 | 14,66 | 24,16 | 185,7 | 2,72 | 0 | 12,68 | 2,44 | 0,04 | 0,36 | |
| 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 | |
| Напиток лимонный №313, сб. 2021 | 200 | 0,06 | 0,00 | 0,01 | 0,01 | 19,90 | 76,88 | 3,3 | 0,8 | 1,43 | 0,1 | 0 | 0,14 | 0,01 | 0 | 1,12 | |
| 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 ' | | 35,96 | 17,53 | 37,62 | 1,53 | 141,31 | 1015,55 | 111 | 79,78 | 331,6 | 6,26 | 55,82 | 300,05 | 7,44 | 0,18 | 11,78 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г. | 200/20 | 27,64 | 27,00 | 16,71 | 0,20 | 53,72 | 471,93 | 209 | 32,22 | 275,3 | 1,11 | 78,09 | 149,15 | 0,73 | 0,06 | 0,19 | |
| Сок | 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 'Полдник ' | | 28,64 | 27,00 | 16,91 | 0,40 | 74,32 | 558,41 | 223 | 40,22 | 289,3 | 3,91 | 78,09 | 149,15 | 0,93 | 0,08 | 4,19 | |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | |
| Тефтели рыбные № 87, сб.2021 | 100/60 | 14,80 | 0,53 | 14,24 | 0,00 | 20,48 | 267,32 | 34,24 | 23,92 | 110,6 | 0,9 | 29,84 | 127,28 | 0,16 | 0,11 | 3,48 | |
| Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021 | 150 | 2,89 | 0,02 | 3,59 | 0,57 | 23,92 | 138,40 | 14,05 | 31,3 | 79,63 | 1,23 | 21,59 | 28,43 | 0,19 | 0,13 | 6,05 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Итого за 'Ужин ' | | 27,66 | 1,99 | 27,69 | 1,18 | 110,12 | 792,01 | 145,1 | 110,4 | 336,3 | 3,99 | 60,43 | 2095,81 | 5,55 | 0,39 | 12,1 | |
| перед сном | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 'перед сном ' | | 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 день | | 120,76 | 63,53 | 108,31 | 4,05 | 433,01 | 3136,19 | 1256 | 399,5 | 1664 | 18,3 | 341,7 | 2736,33 | 15,87 | 1,09 | 156,7 | |

Завпроизводством:

Тар

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кузьмина

(Кузьмина О.В.)