

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

МЕНЮ на 25.03.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	6,41	6,24	6,37	0,00	19,27	155,80	230	35,06	182	0,67	25,8	47,37	0,01	0,06	1,12	
Хлеб пшеничный с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	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	
Морковь, тушеная с рисом № 152 сб. 2021	80	1,40	0,03	3,86	0,00	14,38	95,60	11,83	19,95	38,37	0,39	18,09	903,6	0,28	0,03	0,87	
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'		26,49	18,98	38,79	0,79	89,68	801,84	361,3	103,9	494,1	7,27	290,5	1062,91	1,43	0,32	8,45	
Обед																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	230	22,55	16,51	20,38	0,00	32,89	395,18	175,6	66,62	273,5	2,79	96,33	130,28	0,74	0,12	32,21	
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	
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'		31,33	16,83	24,15	1,12	107,72	746,25	202,4	100,4	344,9	4,34	117,3	461	1,6	0,25	56,81	
Полдник																	
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	
Пирожки печеные с яблоками №263, сб.2021	50	3,03	0,56	2,64	0,00	23,05	126,07	9,46	5,49	28,94	0,71	13,99	2,6	0,09	0,04	0,69	
апельсин сб.2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9	
Итого за 'Полдник'		9,87	5,77	8,75	0,36	48,77	310,91	286,4	54,05	241,1	1,43	49,95	57,36	0,45	0,16	109,9	
Ужин																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	80	1,53	0,00	2,07	0,09	9,15	57,55	19,67	19,8	46,73	0,65	0	329,35	0,15	0,08	9,81	
Макароны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	180	8,33	4,19	10,38	0,00	28,33	239,35	56,61	12,3	99,85	1,18	82,23	31,77	0,05	0,06	0,17	
Хлеб пшеничный	50	3,31	0,00	0,29	0,29	25,90	119,66	6,5	4,69	21,78	0,42	0	0	0,55	0,04	0	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09	
Итого за 'Ужин'		19,03	10,43	18,65	0,38	83,00	568,40	304,8	62,37	332,8	2,47	107,4	407,32	0,75	0,24	11,07	
Итого за день		86,71	52,01	90,35	2,65	329,17	2427,40	1155	320,7	1413	15,5	565,3	1988,6	4,24	0,97	186,2	

Зав.производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 25.03.2022г. 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	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	200	17,31	16,89	26,24	0,00	6,68	328,46	121	28,66	275,6	2,95	251,8	62,19	0,1	0,15	3,29	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	6,41	6,24	6,37	0,00	19,27	155,80	230	35,06	182	0,67	25,8	47,37	0,01	0,06	1,12	
Хлеб пшеничный с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	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	
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	100	1,75	0,03	4,83	0,00	17,97	119,51	14,79	24,94	47,96	0,49	22,62	1129,5	0,35	0,03	1,09	
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'		31,16	23,21	46,32	0,79	94,95	907,85	394,5	116,1	572,6	8,1	358	1304,36	1,53	0,36	9,49	
Обед																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	250	24,51	17,94	22,15	0,00	35,75	429,54	190,9	72,42	297,3	3,03	104,7	141,61	0,81	0,13	35,01	
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	
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'		36,15	18,27	26,45	1,64	128,30	861,95	220,4	110,2	373,9	4,76	125,7	498,93	1,81	0,27	64,61	
Полдник																	
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	
Пирожки печеные с яблоками №263, сб.2021	70	4,25	0,78	3,69	0,00	32,27	176,50	13,25	7,69	40,51	0,99	19,58	3,64	0,12	0,05	0,97	
апельсин сб.2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9	
Итого за 'Полдник'		11,08	6,00	9,81	0,36	57,99	361,34	290,2	56,24	252,7	1,71	55,55	58,4	0,48	0,18	110,1	
Ужин																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26	
Макароны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	200	9,25	4,66	11,53	0,00	31,48	265,94	62,9	13,67	111	1,31	91,37	35,3	0,05	0,07	0,18	
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	
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09	
Итого за 'Ужин'		23,64	10,89	20,62	0,70	114,34	729,04	322,5	73,38	377,4	3,18	116,6	493,19	1,34	0,31	13,54	
Итого за день		102,03	58,37	103,18	3,48	395,57	2860,18	1228	355,8	1577	17,8	655,8	2354,88	5,16	1,12	197,8	

Завпроизводством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басв

МЕНЮ на 25.03.2022г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	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	
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	100	1,75	0,03	4,83	0,00	17,97	119,51	14,79	24,94	47,96	0,49	22,62	1129,5	0,35	0,03	1,09	
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 'Завтрак '		27,92	20,87	42,07	0,59	74,95	783,38	444,6	112,1	570,5	4,64	317,2	1303,88	1,3	0,32	5,33	
Обед																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	230	22,55	16,51	20,38	0,00	32,89	395,18	175,6	66,62	273,5	2,79	96,33	130,28	0,74	0,12	32,21	
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	
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	
апельсин сб.2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9	
Итого за 'Обед '		33,48	16,83	24,36	1,33	133,62	861,05	268,7	127,5	403,7	5,22	117,3	475,39	2,4	0,35	164,7	
Итого за день		61,40	37,70	66,43	1,92	208,57	1644,43	713,3	239,6	974,2	9,86	434,6	1779,27	3,71	0,68	170,1	

Завпроизводством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 25.03.2022г. 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																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	200	17,31	16,89	26,24	0,00	6,68	328,46	121	28,66	275,6	2,95	251,8	62,19	0,1	0,15	3,29	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	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	
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	100	1,75	0,03	4,83	0,00	17,97	119,51	14,79	24,94	47,96	0,49	22,62	1129,5	0,35	0,03	1,09	
ряженка №297 сб. 2021	160	5,56	5,56	6,14	0,00	7,67	111,83	230,2	26,85	182,2	0,19	38,36	43,06	0	0,06	1,34	
Итого за 'Завтрак '		32,59	25,44	49,02	0,59	77,10	872,48	489,2	120,9	650,8	5,39	382,6	1322,12	1,33	0,36	6,24	
Обед																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	250	24,51	17,94	22,15	0,00	35,75	429,54	190,9	72,42	297,3	3,03	104,7	141,61	0,81	0,13	35,01	
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	
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	
апельсин сб.2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9	
Итого за 'Обед '		38,44	18,27	26,56	1,75	157,06	990,34	289,4	139,2	441,4	5,81	125,7	513,32	2,83	0,39	172,5	
Итого за день		71,03	43,71	75,57	2,34	234,16	1862,83	778,6	260,1	1092	11,2	508,3	1835,44	4,15	0,76	178,8	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)