

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

МЕНЮ на 03.05.2024 г. 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 натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21	
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом 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	
Морковь, тушеная с черносливом № 151сб. 2021	60	0,80	0,02	2,27	0,00	11,52	65,65	17,53	23,11	29,99	0,51	10,62	1040,4	0,38	0,02	1,06	
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 'Завтрак'		25,05	19,94	30,68	0,74	70,72	651,58	335,2	75,15	418,9	6,9	281,1	1470,3	2,14	0,2	5,4	
обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	80	1,46	0,00	7,97	7,95	7,75	105,68	18,15	19,77	42,75	0,63	0	329,95	3,66	0,08	9,22	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68	
Лзу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2	
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	0	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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'		27,00	16,70	36,80	16,93	88,77	780,35	87,12	90,65	463,3	5,45	45,5	554,38	9,27	0,28	26,9	
полдник																	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93	
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	
Итого за 'полдник'		13,75	11,23	13,66	0,00	32,94	307,28	239,4	39,47	244,7	1,33	42,74	100,77	0,84	0,12	2,03	
Ужин																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	75	1,40	0,00	6,01	0,00	7,05	84,31	30,14	11,03	27,2	0,51	0	114,75	2,33	0,01	1,84	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	200	3,65	0,06	15,47	0,00	22,81	240,12	35,13	27,02	65,62	1,11	35,95	191,09	4,12	0,07	4,43	
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	
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37	
груша ТК № 5	260	0,77	0,00	0,58	0,58	25,37	98,18	36,8	23,24	30,99	4,45	0	3,87	0,77	0,04	9,68	
Итого за 'Ужин'		14,09	5,75	28,66	0,91	79,94	617,08	344,8	99,5	338,4	6,93	75,15	353,71	7,66	0,23	17,33	
Итого за день		79,88	53,62	109,80	18,59	272,37	2356,30	1007	304,8	1465	20,6	444,5	2479,17	19,91	0,83	51,66	

Зав.производством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 03.05.2024 г. 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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Омлет натуральный №234, сб.2021	200	18,52	19,69	29,95	0,00	3,33	356,41	127,2	21,34	282,5	3,17	305,7	509,74	1,06	0,09	0,28		
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом 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		
Морковь, тушенная с черносливом № 151сб. 2021	60	0,80	0,02	2,27	0,00	11,52	65,65	17,53	23,11	29,99	0,51	10,62	1040,4	0,38	0,02	1,06		
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 'Завтрак'		29,68	24,86	38,17	0,74	71,56	740,69	367	80,48	489,6	7,69	357,5	1597,74	2,41	0,22	5,47		
обед																		
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53		
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		
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2		
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	0		
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8		
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'		28,21	16,76	39,38	18,98	96,22	836,67	96,38	101,5	491,8	5,95	49,7	681,79	10,32	0,32	30,13		
полдник																		
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12		
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		
Итого за 'полдник'		15,35	12,26	15,20	0,00	37,72	346,49	242,8	42,23	260,7	1,56	46,23	111,65	1,01	0,13	2,21		
Ужин																		
Икра кабачковая №49, сб.2021	75	1,40	0,00	6,01	0,00	7,05	84,31	30,14	11,03	27,2	0,51	0	114,75	2,33	0,01	1,84		
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	200	3,65	0,06	15,47	0,00	22,81	240,12	35,13	27,02	65,62	1,11	35,95	191,09	4,12	0,07	4,43		
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		
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37		
груша ТК № 5	260	0,77	0,00	0,58	0,58	25,37	98,18	36,8	23,24	30,99	4,45	0	3,87	0,77	0,04	9,68		
Итого за 'Ужин'		15,64	5,75	28,86	1,10	90,05	665,20	349,3	106	355,5	7,32	75,15	353,71	7,92	0,26	17,33		
Итого за день		88,88	59,63	121,61	20,83	295,55	2589,04	1055	330,1	1598	22,5	528,6	2744,89	21,65	0,93	55,14		

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)


Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

В.Р.Баев

Наименование блюда

МЕНЮ на 03.05.2024 г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Омлет натуральный №234, сб.2021	170	15,74	16,74	25,46	0,00	2,83	302,95	108,1	18,14	240,1	2,7	259,9	433,28	0,9	0,07	0,24
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом 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
Морковь, тушенная с черносливом № 151сб. 2021	60	0,80	0,02	2,27	0,00	11,52	65,65	17,53	23,11	29,99	0,51	10,62	1040,4	0,38	0,02	1,06
Итого за 'Завтрак'		25,90	21,91	33,48	0,54	50,46	600,74	333,9	69,28	433,2	4,41	311,7	1521,28	2,05	0,19	1,43
обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	80	1,46	0,00	7,97	7,95	7,75	105,68	18,15	19,77	42,75	0,63	0	329,95	3,66	0,08	9,22
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	0
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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
Хлеб подовый "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
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93
Итого за 'обед'		35,92	21,82	43,97	17,15	117,67	995,90	105	107,6	530,3	6,79	58,17	603,46	10,29	0,36	27,83
Итого за день		61,82	43,73	77,45	17,69	168,12	1596,64	438,9	176,8	963,4	11,2	369,8	2124,74	12,34	0,55	29,27

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 03.05.2024 г. 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.			Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мгг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	200	18,52	19,69	29,95	0,00	3,33	356,41	127,2	21,34	282,5	3,17	305,7	509,74	1,06	0,09	0,28
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом 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
Морковь, тушенная с черносливом № 151 сб. 2021	60	0,80	0,02	2,27	0,00	11,52	65,65	17,53	23,11	29,99	0,51	10,62	1040,4	0,38	0,02	1,06
Итого за 'Завтрак'		28,68	24,86	37,97	0,54	50,96	654,21	353	72,48	475,6	4,89	357,5	1597,74	2,21	0,2	1,47
обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53
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
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	0
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	70	0,57	0,00	0,10	0,10	3,58	16,58	3	4,03	13,55	0,33	0	0,09	0,12	0,02	0
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
Итого за 'обед'		40,51	22,91	48,96	19,30	142,60	1156,30	123,6	128,1	612	7,87	70,65	747,02	11,76	0,44	31,25
Итого за день		69,19	47,78	86,94	19,84	193,56	1810,51	476,6	200,6	1088	12,8	428,2	2344,76	13,96	0,64	32,72

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)