

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



МЕНЮ на 21.05.2024 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,27	
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	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	80/30	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	
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
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'		27,39	18,14	24,43	0,72	97,97	715,14	511,9	99,5	526,4	6,4	254,3	284,42	1,59	0,32	4,93	
Обед																	
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2024 годаТК № 8	100	0,95	0,00	8,14	8,14	4,35	92,86	18,5	17	34,16	0,75	0	71,5	3,92	0,05	17,5	
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	260	1,98	0,26	5,31	0,08	14,81	110,07	41,5	22,75	50,99	1,08	38,23	250,71	0,25	0,05	7,88	
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	0,28	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	200	4,07	0,91	6,34	0,68	28,91	187,44	47,47	37,88	111	1,38	28,38	57,44	0,24	0,16	13,84	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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	
Итого за 'Обед'		25,68	14,52	34,66	9,43	120,08	874,29	131,4	113,5	384,4	6,4	66,61	389,4	6,98	0,36	39,49	
Полдник																	
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	200	25,03	24,54	15,19	0,19	36,99	383,85	187,7	28,19	248,9	0,8	70,99	135,59	0,66	0,05	0,14	
Напиток морковно-яблочный №316, сб. 2021	200	0,56	0,00	0,08	0,00	13,90	54,49	11,93	14,82	21,25	0,51	0	840,6	0,19	0,02	1,32	
Итого за 'Полдник'		25,59	24,54	15,27	0,19	50,89	438,33	199,7	43,01	270,1	1,31	70,99	976,19	0,86	0,07	1,46	
Ужин																	
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	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	100	22,79	22,69	7,21	0,00	0,82	158,81	18,84	27,29	150,3	0,6	27,68	116,9	1,87	0,18	0,26	
Пюре гороховое №178, сб. 2021	190	18,23	0,03	6,01	0,00	52,41	320,40	101,7	92,09	278,2	5,99	30,3	33,53	0,05	0,62	0	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	100	0,81	0,00	0,15	0,15	5,11	23,69	4,29	5,76	19,36	0,48	0	0,13	0,18	0,02	0	
Итого за 'Ужин'		43,63	22,72	21,38	0,18	88,82	693,76	170,2	150,2	496,7	8,64	57,97	154,11	5,89	0,84	6,2	
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 подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	20	0,16	0,00	0,03	0,03	1,02	4,74	0,86	1,15	3,87	0,1	0	0,03	0,04	0	0	
Итого за 'второй ужин'		5,91	6,11	5,96	0,03	10,03	115,99	223,4	26,81	168,9	0,28	25,28	46,38	0,04	0,07	1,1	
Итого за день		128,18	86,03	101,71	10,54	367,80	2837,52	1237	433	1846	23	475,1	1850,49	15,35	1,66	53,18	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



МЕНЮ на 21.05.2024 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,46
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
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г	70/30	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
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0,04
Итого за 'Завтрак'		26,39	18,14	24,23	0,52	77,37	628,66	497,9	91,5	512,4	3,6	254,3	284,42	1,39	0,3	1,02
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2024 года ТК № 8	100	0,95	0,00	8,14	8,14	4,35	92,86	18,5	17	34,16	0,75	0	71,5	3,92	0,05	3,69
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	260	1,98	0,26	5,31	0,08	14,81	110,07	41,5	22,75	50,99	1,08	38,23	250,71	0,25	0,05	12,01
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	1,51
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	0
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 "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
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
Итого за 'Обед'		24,54	14,34	34,09	9,47	89,69	752,19	138,5	115,2	383,8	8,95	63,77	383,74	7,02	0,35	21,21
Итого за день		50,93	32,48	58,33	9,99	167,06	1380,85	636,4	206,7	896,2	12,6	318,1	668,16	8,4	0,65	22,23

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)