

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

МЕНЮ на 23.05.2024 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Сырники из творога со сметаной №241, сб. 2021	165	31,27	29,22	8,48	0,00	32,79	333,91	165,4	33,78	249,5	0,77	62,4	69,65	0,44	0,08	0,38	
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	
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,84	3,02	2,82	0,00	14,65	92,69	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52	
Морковь, тушенная с курагой и черносливом № 151сб. 2021	80	1,57	0,02	3,05	0,03	21,54	110,87	36,76	39,4	51,92	0,94	14,16	1450,16	1,1	0,04	1,48	
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'		39,77	32,26	14,94	0,62	109,81	720,18	331	106,3	427,8	5,41	88,56	1541,81	2,26	0,23	6,38	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 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	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	6,78	5,04	0,46	0,35	16,59	95,15	19,7	23,39	117,4	0,82	1,63	4,89	0,5	0,08	4,94	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,12	12,93	14,55	0,25	13,77	236,59	15,98	21,94	120,6	0,96	34,75	91,09	0,37	0,03	0,06	
Капуста тушенная №148, сб. 2021	180	4,07	0,03	4,80	0,00	20,78	133,67	91,99	32,98	66,22	1,29	22,3	132,34	0,37	0,06	38,27	
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.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0	
Итого за 'Обед '		29,21	18,09	20,46	1,21	120,45	756,73	150	109,4	364,8	4,76	58,68	334,72	2,41	0,28	63,27	
Полдник																	
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	
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	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'		6,82	2,95	11,30	0,70	58,48	352,02	136,6	36,8	111,2	4,42	12	30,82	0,36	0,08	18,02	
Ужин																	
Кукуруза консервированная отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	220	6,03	0,03	5,91	1,28	51,43	280,44	28,95	63,86	162,1	2,52	23,36	52,74	0,39	0,28	25,52	
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26	
Хлеб подовый "Уныш" с маслом №2, сб.2021г.	60/10	0,53	0,05	8,17	0,09	3,14	87,47	3,75	3,45	13,48	0,31	57,82	65,38	0,21	0,01	0	
Итого за 'Ужин'		9,36	1,55	18,19	1,59	72,32	484,44	86,11	73,4	215,2	2,9	104,9	148,71	0,62	0,3	25,78	
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		91,07	60,95	70,85	4,15	371,09	2429,36	927	352,7	1288	17,8	289,4	2102,45	5,69	0,96	114,6	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 23.05.2024 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	P9,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Сырники из творога со сметаной №241, сб. 2021	220	41,69	38,96	11,31	0,00	43,72	445,21	220,5	45,04	332,6	1,03	83,2	92,87	0,59	0,1	0,51	
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	
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,84	3,02	2,82	0,00	14,65	92,69	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52	
Морковь, тушенная с курагой и черносливом № 151сб. 2021	80	1,57	0,02	3,05	0,03	21,54	110,87	36,76	39,4	51,92	0,94	14,16	1450,16	1,1	0,04	1,48	
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'		51,23	42,00	17,89	0,76	127,48	863,56	389,1	121,9	522,3	5,93	109,4	1565,03	2,58	0,27	6,51	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 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	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	6,78	5,04	0,46	0,35	16,59	95,15	19,7	23,39	117,4	0,82	1,63	4,89	0,5	0,08	4,94	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,12	12,93	14,55	0,25	13,77	236,59	15,98	21,94	120,6	0,96	34,75	91,09	0,37	0,03	0,06	
Капуста тушенная №148, сб. 2021	200	4,53	0,04	5,33	0,00	23,09	148,53	102,2	36,64	73,58	1,43	24,78	147,05	0,42	0,06	42,52	
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.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0	
Итого за 'Обед'		31,43	18,09	21,23	1,45	133,92	824,89	167,5	123,5	394,4	5,48	61,16	376,03	2,85	0,33	72,52	
Полдник																	
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	
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	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'		6,82	2,95	11,30	0,70	58,48	352,02	136,6	36,8	111,2	4,42	12	30,82	0,36	0,08	18,02	
Ужин																	
Кукуруза консервированная отварная ТК № 9 сб. 2021	65	1,35	0,02	2,87	0,24	6,92	58,64	0,38	0	0,57	0,01	19,18	21,22	0,03	0	0	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	250	6,85	0,04	6,72	1,45	58,44	318,68	32,9	72,57	184,2	2,86	26,55	59,94	0,44	0,31	29,01	
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26	
Хлеб подовый "Уныш" с маслом №2, сб.2021г.	100/10	0,84	0,08	12,84	0,14	4,94	137,46	5,89	5,43	21,18	0,48	90,86	102,73	0,32	0,02	0	
Итого за 'Ужин'		10,59	1,58	23,89	1,83	81,66	577,18	92,23	84,08	245,1	3,42	142,6	194,89	0,79	0,35	29,27	
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		105,97	70,72	80,28	4,76	411,57	2733,63	1009	393,1	1442	19,5	350,4	2213,15	6,62	1,1	127,4	

Завпроизводством:



(Хурмагуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)


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



МЕНЮ на 23.05.2024 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Сырники из творога со сметаной №241, сб. 2021	165	31,27	29,22	8,48	0,00	32,79	333,91	165,4	33,78	249,5	0,77	62,4	69,65	0,44	0,08	0,38
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,84	3,02	2,82	0,00	14,65	92,69	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	55	2,84	0,00	0,36	0,36	18,54	88,22	8,26	11,86	31,26	0,72	0	0	0,48	0,06	0
Морковь, тушенная с курагой и черносливом № 151сб. 2021	80	1,57	0,02	3,05	0,03	21,54	110,87	36,76	39,4	51,92	0,94	14,16	1450,16	1,1	0,04	1,48
Итого за 'Завтрак'		38,51	32,26	14,70	0,39	87,52	625,68	316,3	97,22	411	2,54	88,56	1541,81	2,02	0,2	2,38
Обед																
помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 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
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	6,78	5,04	0,46	0,35	16,59	95,15	19,7	23,39	117,4	0,82	1,63	4,89	0,5	0,08	4,94
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,12	12,93	14,55	0,25	13,77	236,59	15,98	21,94	120,6	0,96	34,75	91,09	0,37	0,03	0,06
Капуста тушенная №148, сб. 2021	180	4,07	0,03	4,80	0,00	20,78	133,67	91,99	32,98	66,22	1,29	22,3	132,34	0,37	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 "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 "Уньш" №2, сб.2021г.	48	3,58	0,00	0,42	0,42	22,06	108,21	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		31,49	18,00	20,85	1,64	111,44	745,00	158,9	110,9	361,7	7,11	58,68	334,72	2,35	0,27	67,27
Итого за день		70,00	50,25	35,55	2,03	198,96	1370,68	475,1	208,2	772,7	9,65	147,2	1876,54	4,37	0,47	69,65

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 23.05.2024 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																	
Сырники из творога со сметаной №241, сб. 2021	220	41,69	38,96	11,31	0,00	43,72	445,21	220,5	45,04	332,6	1,03	83,2	92,87	0,59	0,1	0,51	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,84	3,02	2,82	0,00	14,65	92,69	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52	
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	
Морковь, тушенная с курагой и черносливом № 151 сб. 2021	80	1,57	0,02	3,05	0,03	21,54	110,87	36,76	39,4	51,92	0,94	14,16	1450,16	1,1	0,04	1,48	
Итого за 'Завтрак'		49,19	42,00	17,56	0,42	100,14	745,00	372,1	109,6	496,9	2,87	109,4	1565,03	2,21	0,23	2,51	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2024 года 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	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	6,78	5,04	0,46	0,35	16,59	95,15	19,7	23,39	117,4	0,82	1,63	4,89	0,5	0,08	4,94	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,12	12,93	14,55	0,25	13,77	236,59	15,98	21,94	120,6	0,96	34,75	91,09	0,37	0,03	0,06	
Капуста тушенная №148, сб. 2021	200	4,53	0,04	5,33	0,00	23,09	148,53	102,2	36,64	73,58	1,43	24,78	147,05	0,42	0,06	42,52	
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.	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	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Обед'		34,84	18,00	21,75	2,01	131,65	846,71	174,9	122,9	385,6	7,69	61,16	376,03	2,71	0,31	76,52	
Итого за день		84,03	60,00	39,31	2,43	231,78	1591,72	547	232,5	882,6	10,6	170,5	1941,06	4,91	0,54	79,03	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)