



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



**МЕНЮ на 01.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	220	35,61	31,83	24,04	0,00	59,37	595,60	287,7	47,99	383,6	1,67	152,9	176,23	1,08	0,12	0,59	
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 №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	
Салат из моркови №17	80	0,86	0,00	7,09	0,00	8,14	96,12	16,79	23,27	33,83	0,44	0	1408	3,8	0,03	1,41	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>45,50</b>	<b>34,87</b>	<b>34,80</b>	<b>0,85</b>	<b>136,74</b>	<b>1029,36</b>	<b>425,4</b>	<b>105</b>	<b>552,6</b>	<b>3,53</b>	<b>164,9</b>	<b>1606,23</b>	<b>5,74</b>	<b>0,28</b>	<b>2,52</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52	
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	0	
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>55,02</b>	<b>33,54</b>	<b>44,41</b>	<b>0,18</b>	<b>117,64</b>	<b>1058,92</b>	<b>193,7</b>	<b>161,8</b>	<b>641,7</b>	<b>10,4</b>	<b>126,3</b>	<b>676,61</b>	<b>4,72</b>	<b>0,83</b>	<b>24,66</b>	
<b>Полдник</b>																	
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	
банан сб.2021г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26	
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>12,59</b>	<b>6,11</b>	<b>9,58</b>	<b>1,30</b>	<b>106,58</b>	<b>537,10</b>	<b>248,8</b>	<b>139,4</b>	<b>262,8</b>	<b>2,14</b>	<b>25,28</b>	<b>98,35</b>	<b>2,24</b>	<b>0,2</b>	<b>27,1</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98	
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 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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>27,39</b>	<b>18,85</b>	<b>32,11</b>	<b>9,04</b>	<b>72,42</b>	<b>677,86</b>	<b>127,2</b>	<b>95,25</b>	<b>366,1</b>	<b>5,19</b>	<b>31,43</b>	<b>1217,63</b>	<b>8,86</b>	<b>0,3</b>	<b>15,24</b>	
<b>второй ужин</b>																	
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	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>5,68</b>	<b>5,68</b>	<b>6,27</b>	<b>0,00</b>	<b>7,84</b>	<b>114,27</b>	<b>235,2</b>	<b>27,44</b>	<b>186,2</b>	<b>0,2</b>	<b>39,2</b>	<b>44</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,37</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>146,19</b>	<b>99,06</b>	<b>127,17</b>	<b>11,37</b>	<b>441,21</b>	<b>3417,50</b>	<b>1230</b>	<b>528,8</b>	<b>2009</b>	<b>21,5</b>	<b>387,2</b>	<b>3642,83</b>	<b>21,57</b>	<b>1,67</b>	<b>70,89</b>	

Заготовлено:

*Handwritten signature*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Handwritten signature*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

Наименование блюда

**МЕНЮ на 01.12.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	200	32,36	28,93	21,85	0,00	52,18	534,60	261,2	43,44	348,5	1,48	139	160,21	0,98	0,1	0,52	
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 №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	
Салат из моркови №17	60	0,65	0,00	5,32	0,00	6,10	72,09	12,59	17,46	25,37	0,33	0	1056	2,85	0,02	1,06	
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>41,40</b>	<b>31,98</b>	<b>32,66</b>	<b>0,33</b>	<b>128,60</b>	<b>958,20</b>	<b>392,6</b>	<b>88,35</b>	<b>505,6</b>	<b>2,98</b>	<b>151</b>	<b>1238,21</b>	<b>5,46</b>	<b>0,25</b>	<b>2,1</b>	
Обед																	
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	80	1,75	0,00	5,04	0,00	8,15	81,32	38,05	15,14	27,66	0,5	0	231,23	2,59	0,02	14,83	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14	
Пюре гороховое №178, сб. 2021	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	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.	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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №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	
банан сб.2021г. ТК № 5	190	2,85	0,00	0,95	0,95	43,13	181,45	15,2	79,8	53,2	1,14	0	38	0,76	0,08	19	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>48,29</b>	<b>25,18</b>	<b>35,58</b>	<b>1,48</b>	<b>144,30</b>	<b>1058,50</b>	<b>189,6</b>	<b>224,6</b>	<b>589,8</b>	<b>12,6</b>	<b>98,17</b>	<b>573,72</b>	<b>4,95</b>	<b>0,8</b>	<b>42,65</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>89,69</b>	<b>57,15</b>	<b>68,25</b>	<b>1,81</b>	<b>272,90</b>	<b>2016,70</b>	<b>582,2</b>	<b>312,9</b>	<b>1095</b>	<b>15,5</b>	<b>249,2</b>	<b>1811,93</b>	<b>10,42</b>	<b>1,05</b>	<b>44,75</b>	

Запроизводителем: Таб (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра ОБ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 01.12.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	220	35,61	31,83	24,04	0,00	59,37	595,60	287,7	47,99	383,6	1,67	152,9	176,23	1,08	0,12	0,59	
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 №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	
Салат из моркови №17	80	0,86	0,00	7,09	0,00	8,14	96,12	16,79	23,27	33,83	0,44	0	1408	3,8	0,03	1,41	
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>45,38</b>	<b>34,87</b>	<b>36,69</b>	<b>0,39</b>	<b>141,20</b>	<b>1059,27</b>	<b>424,9</b>	<b>100,9</b>	<b>554,8</b>	<b>3,4</b>	<b>164,9</b>	<b>1606,23</b>	<b>6,6</b>	<b>0,28</b>	<b>2,52</b>	
Обед																	
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52	
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	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.	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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №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	
банан сб.2021г. ТК № 5	190	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>62,27</b>	<b>33,54</b>	<b>46,23</b>	<b>1,99</b>	<b>182,13</b>	<b>1353,08</b>	<b>234,8</b>	<b>289</b>	<b>753</b>	<b>15,2</b>	<b>126,3</b>	<b>728,55</b>	<b>6,39</b>	<b>1</b>	<b>54,66</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>107,65</b>	<b>68,42</b>	<b>82,92</b>	<b>2,39</b>	<b>323,33</b>	<b>2412,35</b>	<b>659,6</b>	<b>389,9</b>	<b>1308</b>	<b>18,7</b>	<b>291,3</b>	<b>2334,78</b>	<b>12,99</b>	<b>1,28</b>	<b>57,18</b>	

Запроизводством:

*Jaf*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Кузьмина*

(Кузьмина О.В.)