

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

**МЕНЮ на 01.12.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Каша молочная "Дружба" с курагой №355, сб. Онищенко ГТ	180	5,99	2,59	7,58	0,03	36,35	232,61	125,6	41,46	146,3	0,98	46,78	104,65	0,65	0,11	0,61		
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		
Батон нарезной №3, сб.2021г.	60	4,53	0,00	1,76	1,76	31,34	158,48	12,94	19,4	49,98	1,18	0	0	1,02	0,09	0		
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	60	1,29	0,00	2,71	0,00	7,59	56,51	36,07	12,37	22,64	0,45	0	142,01	1,47	0,02	12,99		
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		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>16,08</b>	<b>5,49</b>	<b>15,38</b>	<b>1,99</b>	<b>110,23</b>	<b>629,15</b>	<b>297,1</b>	<b>102,3</b>	<b>324,9</b>	<b>5,99</b>	<b>58,78</b>	<b>268,73</b>	<b>3,35</b>	<b>0,27</b>	<b>18,12</b>		
<b>обед</b>																		
помидоры свежие урожай 2023 года 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 из овощей №67, сб.2014 г.	200	1,68	0,21	4,36	0,21	10,37	85,12	24,12	17,01	43,32	0,62	30,88	198,58	0,18	0,06	6,83		
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.1	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05		
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		
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	14,68	59,21	9,77	4,65	6,12	1,02	0	2,64	0,11	0,01	3,12		
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		
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		
<b>Итого за 'обед'</b>		<b>40,61</b>	<b>19,22</b>	<b>23,94</b>	<b>0,80</b>	<b>114,05</b>	<b>813,11</b>	<b>179,4</b>	<b>153,1</b>	<b>515,5</b>	<b>9,71</b>	<b>74,84</b>	<b>396,52</b>	<b>2,28</b>	<b>0,75</b>	<b>30,93</b>		
<b>полдник</b>																		
йогурт №297 сб. 2021	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03		
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	65	5,82	0,00	2,21	2,21	65,05	296,69	21,66	27	66	1,98	0	0	1,28	0,12	0,2		
<b>Итого за 'полдник'</b>		<b>10,08</b>	<b>4,26</b>	<b>6,91</b>	<b>2,21</b>	<b>70,93</b>	<b>382,39</b>	<b>198,1</b>	<b>47,58</b>	<b>205,7</b>	<b>2,13</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>1,28</b>	<b>0,17</b>	<b>1,23</b>		
<b>Ужин</b>																		
Плов фруктовый №221, сб. 2021	150	4,27	0,08	11,37	0,10	53,84	324,13	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56		
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		
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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>8,59</b>	<b>0,08</b>	<b>12,49</b>	<b>1,21</b>	<b>105,13</b>	<b>549,40</b>	<b>75,81</b>	<b>77,2</b>	<b>155,3</b>	<b>5,69</b>	<b>53,1</b>	<b>779,66</b>	<b>2,22</b>	<b>0,17</b>	<b>17,56</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>75,36</b>	<b>29,05</b>	<b>58,72</b>	<b>6,21</b>	<b>400,34</b>	<b>2374,05</b>	<b>750,4</b>	<b>380,1</b>	<b>1201</b>	<b>23,5</b>	<b>216,1</b>	<b>1477,91</b>	<b>9,13</b>	<b>1,36</b>	<b>67,84</b>		

Зав.производством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 01.12.2023г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша молочная "Дружба" с курагой №355, сб. Онищенко ГГ	200	6,65	2,88	8,42	0,03	40,39	258,45	139,5	46,07	162,6	1,09	51,98	116,28	0,72	0,12	0,68	
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	
Батон нарезной №3, сб.2021г.	80	6,04	0,00	2,35	2,35	41,79	211,30	17,25	25,87	66,64	1,57	0	0	1,36	0,13	0	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	80	1,72	0,00	3,61	0,00	10,12	75,35	48,1	16,49	30,19	0,61	0	189,34	1,96	0,02	17,32	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,68</b>	<b>5,78</b>	<b>17,71</b>	<b>2,58</b>	<b>127,25</b>	<b>726,66</b>	<b>327,4</b>	<b>117,5</b>	<b>365,4</b>	<b>6,64</b>	<b>63,98</b>	<b>327,69</b>	<b>4,25</b>	<b>0,32</b>	<b>22,52</b>	
<b>обед</b>																	
помидоры свежис урожай 2023 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	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	2,11	0,26	5,45	0,26	12,96	106,40	30,15	21,26	54,14	0,78	38,6	248,22	0,23	0,08	8,53	
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05	
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	
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	23,76	93,72	10,03	4,65	6,12	1,05	0	2,64	0,11	0,01	3,12	
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	
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	
<b>Итого за 'обед'</b>		<b>44,51</b>	<b>19,28</b>	<b>26,09</b>	<b>0,95</b>	<b>137,25</b>	<b>935,06</b>	<b>206,6</b>	<b>178,5</b>	<b>584,1</b>	<b>11,2</b>	<b>87,35</b>	<b>478,11</b>	<b>2,54</b>	<b>0,88</b>	<b>37,63</b>	
<b>полдник</b>																	
йогурт №297 сб. 2021	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23	
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	90	7,84	0,00	2,96	2,96	91,98	416,10	30,07	36,77	89,33	2,75	0	0	1,71	0,16	0,3	
<b>Итого за 'полдник'</b>		<b>12,96</b>	<b>5,12</b>	<b>8,61</b>	<b>2,96</b>	<b>99,03</b>	<b>518,94</b>	<b>241,8</b>	<b>61,47</b>	<b>256,9</b>	<b>2,93</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>1,71</b>	<b>0,22</b>	<b>1,53</b>	
<b>Ужин</b>																	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	180	5,12	0,09	13,65	0,12	64,61	388,95	47,31	57,25	117,5	1,47	63,72	925,99	1,56	0,06	1,87	
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	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>9,96</b>	<b>0,09</b>	<b>14,83</b>	<b>1,30</b>	<b>119,27</b>	<b>630,27</b>	<b>85,2</b>	<b>88,9</b>	<b>180,6</b>	<b>6,07</b>	<b>63,72</b>	<b>933,99</b>	<b>2,57</b>	<b>0,19</b>	<b>17,87</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>86,11</b>	<b>30,27</b>	<b>67,24</b>	<b>7,79</b>	<b>482,80</b>	<b>2810,92</b>	<b>861</b>	<b>446,3</b>	<b>1387</b>	<b>26,9</b>	<b>250,3</b>	<b>1779,39</b>	<b>11,08</b>	<b>1,62</b>	<b>79,56</b>	

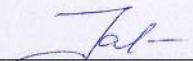
Завпроизводством: Жал (Хурматуллина Р.М.)


Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 01.12.2023г. 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																	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	150	4,27	0,08	11,37	0,10	53,84	324,13	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56	
Какао с молоком № 306, сб.2021	180	2,95	2,61	2,82	0,00	12,92	85,57	97,71	18,95	82,78	0,52	10,8	19,86	0,01	0,03	0,47	
Батон нарезной №3, сб.2021г.	40	3,02	0,00	1,18	1,18	20,89	105,65	8,62	12,94	33,32	0,78	0	0	0,68	0,06	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>10,87</b>	<b>2,69</b>	<b>16,01</b>	<b>1,91</b>	<b>106,21</b>	<b>593,24</b>	<b>171,4</b>	<b>93,99</b>	<b>231,7</b>	<b>6,05</b>	<b>63,9</b>	<b>799,52</b>	<b>2,3</b>	<b>0,19</b>	<b>18,03</b>	
обед																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	200	1,68	0,21	4,36	0,21	10,37	85,12	24,12	17,01	43,32	0,62	30,88	198,58	0,18	0,06	6,83	
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.1	90	13,02	12,48	5,96	0,28	13,16	158,03	28,85	20,53	113,4	0,9	2,33	7,13	0,37	0,05	0,04	
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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	60	4,80	3,07	4,63	0,00	14,35	117,62	10,15	8,28	47,85	0,69	10,47	32,65	0,5	0,03	0,56	
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.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	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	
<b>Итого за 'обед'</b>		<b>37,27</b>	<b>15,79</b>	<b>20,25</b>	<b>1,01</b>	<b>113,01</b>	<b>763,72</b>	<b>172,5</b>	<b>147,1</b>	<b>478,9</b>	<b>10,9</b>	<b>67,6</b>	<b>344,69</b>	<b>1,97</b>	<b>0,73</b>	<b>26,43</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>48,14</b>	<b>18,47</b>	<b>36,26</b>	<b>2,92</b>	<b>219,22</b>	<b>1356,96</b>	<b>343,8</b>	<b>241,1</b>	<b>710,5</b>	<b>16,9</b>	<b>131,5</b>	<b>1144,21</b>	<b>4,27</b>	<b>0,92</b>	<b>44,46</b>	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)


Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 01.12 .2023г. 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		
<b>Завтрак</b>																	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	180	5,12	0,09	13,65	0,12	64,61	388,95	47,31	57,25	117,5	1,47	63,72	925,99	1,56	0,06	1,87	
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	
Батон нарезной №3, сб.2021г.	60	4,53	0,00	1,76	1,76	31,34	158,48	12,94	19,4	49,98	1,18	0	0	1,02	0,09	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>13,56</b>	<b>2,99</b>	<b>19,18</b>	<b>2,52</b>	<b>128,86</b>	<b>720,40</b>	<b>194,4</b>	<b>112,1</b>	<b>277,1</b>	<b>6,74</b>	<b>75,72</b>	<b>956,06</b>	<b>2,9</b>	<b>0,23</b>	<b>18,39</b>	
<b>обед</b>																	
помидоры свежие урожай 2023 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	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	2,11	0,26	5,45	0,26	12,96	106,40	30,15	21,26	54,14	0,78	38,6	248,22	0,23	0,08	8,53	
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05	
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	
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	
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 "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	
<b>Итого за 'обед'</b>		<b>46,92</b>	<b>19,28</b>	<b>26,29</b>	<b>1,33</b>	<b>145,02</b>	<b>980,13</b>	<b>214,4</b>	<b>187,6</b>	<b>605,1</b>	<b>13,3</b>	<b>87,35</b>	<b>475,41</b>	<b>2,89</b>	<b>0,92</b>	<b>38,51</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>60,48</b>	<b>22,27</b>	<b>45,48</b>	<b>3,85</b>	<b>273,88</b>	<b>1700,53</b>	<b>408,8</b>	<b>299,7</b>	<b>882,1</b>	<b>20</b>	<b>163,1</b>	<b>1431,47</b>	<b>5,79</b>	<b>1,16</b>	<b>56,91</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)