

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



**МЕНЮ на 02.02.2023г. интернат 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- 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	
<b>Завтрак</b>																	
Каша гречневая с молоком, №4.1 сб. 2021	200	8,54	2,84	4,63	0,00	37,91	218,28	30,12	98,41	205,4	3,09	20	0,94	0,38	0,18	0,52	
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 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	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>26,65</b>	<b>15,72</b>	<b>17,70</b>	<b>0,72</b>	<b>97,12</b>	<b>641,53</b>	<b>331</b>	<b>146,2</b>	<b>511,5</b>	<b>8,31</b>	<b>197,2</b>	<b>194,74</b>	<b>1,66</b>	<b>0,33</b>	<b>4,92</b>	
<b>Обед</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	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
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	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №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>34,92</b>	<b>26,44</b>	<b>38,32</b>	<b>0,56</b>	<b>63,64</b>	<b>720,47</b>	<b>142,8</b>	<b>97,92</b>	<b>389,5</b>	<b>6,25</b>	<b>86,78</b>	<b>756,14</b>	<b>7,4</b>	<b>0,35</b>	<b>40,37</b>	
<b>Полдник</b>																	
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	150/15	30,95	28,84	5,48	0,00	42,18	340,84	154,6	33,63	241,8	0,94	39,9	45,65	0,38	0,07	0,41	
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	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>34,23</b>	<b>31,74</b>	<b>8,61</b>	<b>0,00</b>	<b>56,53</b>	<b>435,91</b>	<b>263,1</b>	<b>54,68</b>	<b>333,8</b>	<b>1,51</b>	<b>51,9</b>	<b>67,72</b>	<b>0,39</b>	<b>0,11</b>	<b>0,93</b>	
<b>Ужин</b>																	
Икра свекольная № 47, сб.2021	60	1,22	0,00	4,29	0,00	7,86	71,29	21,61	14,2	29,02	0,85	0	21,31	2,26	0,02	2,1	
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	
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>10,46</b>	<b>0,09</b>	<b>18,46</b>	<b>0,64</b>	<b>119,41</b>	<b>664,49</b>	<b>81,42</b>	<b>88,69</b>	<b>192</b>	<b>3,42</b>	<b>63,72</b>	<b>947,3</b>	<b>4,51</b>	<b>0,16</b>	<b>3,97</b>	
<b>перед сном</b>																	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
груша ТК № 5	170	0,51	0,00	0,38	0,38	16,59	64,20	24,06	15,2	20,26	2,91	0	2,53	0,51	0,03	6,33	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>6,53</b>	<b>6,03</b>	<b>2,58</b>	<b>0,38</b>	<b>25,26</b>	<b>145,96</b>	<b>206,3</b>	<b>37,25</b>	<b>159,9</b>	<b>3,06</b>	<b>14,7</b>	<b>17,53</b>	<b>0,51</b>	<b>0,07</b>	<b>7,21</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>112,79</b>	<b>80,02</b>	<b>85,67</b>	<b>2,30</b>	<b>361,97</b>	<b>2608,36</b>	<b>1025</b>	<b>424,7</b>	<b>1587</b>	<b>22,6</b>	<b>414,3</b>	<b>1983,44</b>	<b>14,47</b>	<b>1,02</b>	<b>57,41</b>	

Зав.производством:

*П.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



### МЕНЮ на 02.02.2023г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- 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		
																	Ca	Mg
Завтрак																		
Каша гречневая с молоком, №4.1 сб. 2021	250	10,68	3,55	5,79	0,00	47,38	272,85	37,65	123	256,8	3,87	25	1,18	0,47	0,23	0,65		
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 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		
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		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>28,79</b>	<b>16,43</b>	<b>18,86</b>	<b>0,72</b>	<b>106,60</b>	<b>696,10</b>	<b>338,5</b>	<b>170,8</b>	<b>562,9</b>	<b>9,09</b>	<b>202,2</b>	<b>194,98</b>	<b>1,76</b>	<b>0,37</b>	<b>5,05</b>		
Обед																		
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51		
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66		
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		
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27		
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6		
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>45,56</b>	<b>35,12</b>	<b>49,49</b>	<b>0,73</b>	<b>75,28</b>	<b>906,57</b>	<b>175,7</b>	<b>123,2</b>	<b>503,5</b>	<b>7,81</b>	<b>113,3</b>	<b>949,11</b>	<b>9,2</b>	<b>0,45</b>	<b>48,56</b>		
Полдник																		
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	200/20	41,27	38,46	7,31	0,00	56,24	454,45	206,1	44,84	322,4	1,25	53,2	60,87	0,51	0,1	0,55		
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		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>44,55</b>	<b>41,36</b>	<b>10,44</b>	<b>0,00</b>	<b>70,59</b>	<b>549,53</b>	<b>314,7</b>	<b>65,89</b>	<b>414,4</b>	<b>1,82</b>	<b>65,2</b>	<b>82,94</b>	<b>0,51</b>	<b>0,13</b>	<b>1,07</b>		
Ужин																		
Икра свекольная № 47, сб.2021	80	1,62	0,00	5,72	0,00	10,48	95,06	28,81	18,93	38,69	1,13	0	28,42	3,01	0,02	2,8		
Плов фруктовый №221, сб. 2021	220	6,26	0,11	16,68	0,14	78,96	475,39	57,82	69,97	143,7	1,8	77,88	1131,77	1,9	0,08	2,29		
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		
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>13,04</b>	<b>0,11</b>	<b>23,05</b>	<b>0,79</b>	<b>143,13</b>	<b>806,77</b>	<b>102,1</b>	<b>110,5</b>	<b>239,2</b>	<b>4,3</b>	<b>77,88</b>	<b>1160,18</b>	<b>5,78</b>	<b>0,2</b>	<b>5,09</b>		
перед сном																		
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06		
груша ТК № 5	170	0,51	0,00	0,38	0,38	16,59	64,20	24,06	15,2	20,26	2,91	0	2,53	0,51	0,03	6,33		
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>7,74</b>	<b>7,23</b>	<b>3,03</b>	<b>0,38</b>	<b>27,00</b>	<b>162,31</b>	<b>242,8</b>	<b>41,66</b>	<b>187,8</b>	<b>3,09</b>	<b>17,64</b>	<b>20,53</b>	<b>0,51</b>	<b>0,08</b>	<b>7,39</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>139,67</b>	<b>100,25</b>	<b>104,87</b>	<b>2,63</b>	<b>422,60</b>	<b>3121,27</b>	<b>1174</b>	<b>512</b>	<b>1908</b>	<b>26,1</b>	<b>476,2</b>	<b>2407,74</b>	<b>17,75</b>	<b>1,23</b>	<b>67,16</b>		

Завпроизводством: Тел- (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра к (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 02.02.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша гречневая с молоком, №4.1 сб. 2021	150	6,41	2,13	3,47	0,00	28,43	163,71	22,59	73,81	154,1	2,32	15	0,71	0,28	0,14	0,39	
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	180	1,40	1,31	1,31	0,00	10,22	56,17	47,76	5,48	35,24	0,06	5,4	9,9	0	0,01	0,23	
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	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>23,11</b>	<b>14,62</b>	<b>12,72</b>	<b>0,52</b>	<b>74,29</b>	<b>498,67</b>	<b>460,7</b>	<b>129,4</b>	<b>492</b>	<b>3,71</b>	<b>76,26</b>	<b>73,21</b>	<b>1,06</b>	<b>0,28</b>	<b>1,64</b>	
<b>Обед</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	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
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	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6	
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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>36,72</b>	<b>26,44</b>	<b>38,53</b>	<b>0,77</b>	<b>75,49</b>	<b>777,05</b>	<b>147,4</b>	<b>104,7</b>	<b>406</b>	<b>6,62</b>	<b>86,78</b>	<b>756,1</b>	<b>7,69</b>	<b>0,39</b>	<b>40,37</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>59,83</b>	<b>41,06</b>	<b>51,25</b>	<b>1,30</b>	<b>149,78</b>	<b>1275,72</b>	<b>608,1</b>	<b>234,1</b>	<b>898</b>	<b>10,3</b>	<b>163</b>	<b>829,31</b>	<b>8,75</b>	<b>0,67</b>	<b>42,01</b>	

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ №92



Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 02.02.2023г. 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	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																	
Каша гречневая с молоком, №4.1 сб. 2021	200	8,54	2,84	4,63	0,00	37,91	218,28	30,12	98,41	205,4	3,09	20	0,94	0,38	0,18	0,52	
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	180	1,40	1,31	1,31	0,00	10,22	56,17	47,76	5,48	35,24	0,06	5,4	9,9	0	0,01	0,23	
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	
Йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>26,45</b>	<b>16,53</b>	<b>14,32</b>	<b>0,52</b>	<b>85,50</b>	<b>569,59</b>	<b>504,6</b>	<b>158,4</b>	<b>571,3</b>	<b>4,51</b>	<b>84,2</b>	<b>76,44</b>	<b>1,15</b>	<b>0,34</b>	<b>1,95</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66	
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	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6	
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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>48,25</b>	<b>35,12</b>	<b>49,81</b>	<b>1,05</b>	<b>92,95</b>	<b>990,96</b>	<b>182,6</b>	<b>133,3</b>	<b>528</b>	<b>8,36</b>	<b>113,3</b>	<b>949,05</b>	<b>9,63</b>	<b>0,5</b>	<b>48,56</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>74,70</b>	<b>51,66</b>	<b>64,13</b>	<b>1,57</b>	<b>178,45</b>	<b>1560,56</b>	<b>687,2</b>	<b>291,7</b>	<b>1099</b>	<b>12,9</b>	<b>197,5</b>	<b>1025,49</b>	<b>10,78</b>	<b>0,84</b>	<b>50,51</b>	

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.