

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



**МЕНЮ на 03.04.2023г. 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	PD,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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 маслом сыром №1, сб.2021г	80/5/20	9,85	5,20	13,89	0,59	30,42	286,33	210,7	30,18	170,6	1,33	98,98	112,9	0,96	0,1	0,14	
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>19,68</b>	<b>11,19</b>	<b>24,91</b>	<b>0,79</b>	<b>96,46</b>	<b>682,53</b>	<b>456,7</b>	<b>69,15</b>	<b>373,6</b>	<b>4,66</b>	<b>163,7</b>	<b>170,47</b>	<b>1,21</b>	<b>0,22</b>	<b>5,19</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	80	0,73	0,00	3,60	0,04	2,88	45,09	32,76	12,56	30,26	0,5	0	77,28	2,01	0,02	5,79	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96	
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27	
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 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>26,25</b>	<b>18,29</b>	<b>24,27</b>	<b>0,56</b>	<b>104,83</b>	<b>729,79</b>	<b>74,06</b>	<b>95,35</b>	<b>384,2</b>	<b>4,5</b>	<b>51,65</b>	<b>647,19</b>	<b>3,34</b>	<b>0,18</b>	<b>10,03</b>	
<b>Полдник</b>																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021	180	5,17	5,50	5,34	0,00	8,11	100,13	200,3	23,1	148,5	0,16	22,76	41,72	0	0,05	0,99	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	110	0,44	0,00	0,44	0,44	12,76	53,55	17,6	9,9	12,1	2,42	0	5,5	0,22	0,03	11	
Печенье сб.2021 ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,03</b>	<b>5,52</b>	<b>9,51</b>	<b>0,44</b>	<b>32,78</b>	<b>239,55</b>	<b>217,9</b>	<b>33</b>	<b>160,6</b>	<b>2,58</b>	<b>22,76</b>	<b>47,22</b>	<b>0,22</b>	<b>0,09</b>	<b>11,99</b>	
<b>Ужин</b>																	
Кукуруза консерв. 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	
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13	
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	180	3,68	0,01	4,94	0,00	24,23	150,99	53,01	34,57	78,81	1,35	12,69	62,66	1,65	0,1	22,31	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>21,36</b>	<b>14,41</b>	<b>19,48</b>	<b>0,44</b>	<b>56,17</b>	<b>479,08</b>	<b>148,2</b>	<b>70,51</b>	<b>261,5</b>	<b>2,56</b>	<b>47,54</b>	<b>121,84</b>	<b>6,44</b>	<b>0,24</b>	<b>22,7</b>	
<b>второй ужин</b>																	
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	
Кефир №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	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,84</b>	<b>4,26</b>	<b>5,03</b>	<b>0,33</b>	<b>22,74</b>	<b>165,90</b>	<b>183,9</b>	<b>31,36</b>	<b>168,1</b>	<b>0,8</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0,43</b>	<b>0,1</b>	<b>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>81,17</b>	<b>53,68</b>	<b>83,21</b>	<b>2,55</b>	<b>312,97</b>	<b>2296,86</b>	<b>1081</b>	<b>299,4</b>	<b>1348</b>	<b>15,1</b>	<b>315</b>	<b>1019,72</b>	<b>11,65</b>	<b>0,82</b>	<b>50,94</b>	

Зав.производством:

*Handwritten signature*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Handwritten signature*

(Кузьмина О.В.)



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



### МЕНЮ на 03.04.2023г. 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		
Завтрак																		
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4		
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 маслом ГОСТ 32261-2013 сыром №3, сб.2021г.	50/5/20	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	110	0,44	0,00	0,44	0,44	12,76	53,55	17,6	9,9	12,1	2,42	0	5,5	0,22	0,03	11		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>20,21</b>	<b>13,04</b>	<b>25,76</b>	<b>1,03</b>	<b>80,99</b>	<b>629,97</b>	<b>526,8</b>	<b>71,74</b>	<b>402,8</b>	<b>4,25</b>	<b>171,1</b>	<b>190,88</b>	<b>1,26</b>	<b>0,22</b>	<b>12,13</b>		
Обед																		
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	80	0,73	0,00	3,60	0,04	2,88	45,09	32,76	12,56	30,26	0,5	0	77,28	2,01	0,02	5,79		
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96		
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27		
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	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>28,71</b>	<b>18,29</b>	<b>24,69</b>	<b>0,97</b>	<b>104,48</b>	<b>747,84</b>	<b>92,12</b>	<b>110,1</b>	<b>414,8</b>	<b>7,61</b>	<b>51,65</b>	<b>647,15</b>	<b>3,83</b>	<b>0,23</b>	<b>14,03</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>48,91</b>	<b>31,32</b>	<b>50,44</b>	<b>2,00</b>	<b>185,47</b>	<b>1377,81</b>	<b>618,9</b>	<b>181,9</b>	<b>817,6</b>	<b>11,9</b>	<b>222,7</b>	<b>838,03</b>	<b>5,09</b>	<b>0,45</b>	<b>26,15</b>		

Завпроизводством: Лет (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 03.04.2023г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 сыром №3, сб.2021г.	60/10/30	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	110	0,44	0,00	0,44	0,44	12,76	53,55	17,6	9,9	12,1	2,42	0	5,5	0,22	0,03	11	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>21,70</b>	<b>13,77</b>	<b>27,76</b>	<b>1,03</b>	<b>88,62</b>	<b>683,96</b>	<b>558,3</b>	<b>76,44</b>	<b>430,5</b>	<b>4,35</b>	<b>184,2</b>	<b>199,77</b>	<b>1,27</b>	<b>0,24</b>	<b>12,26</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	100	0,91	0,00	4,51	0,04	3,60	56,36	40,95	15,71	37,83	0,63	0	96,6	2,51	0,02	7,24	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,52	5,80	0,62	0,50	15,18	94,67	19,39	26,97	115	0,88	1,87	5,64	0,47	0,09	4,96	
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27	
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.	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	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>31,60</b>	<b>19,45</b>	<b>25,88</b>	<b>1,24</b>	<b>116,11</b>	<b>815,34</b>	<b>108,1</b>	<b>124,3</b>	<b>460,9</b>	<b>8,28</b>	<b>52,02</b>	<b>667,63</b>	<b>4,64</b>	<b>0,28</b>	<b>16,47</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>53,30</b>	<b>33,22</b>	<b>53,63</b>	<b>2,27</b>	<b>204,72</b>	<b>1499,30</b>	<b>666,5</b>	<b>200,7</b>	<b>891,5</b>	<b>12,6</b>	<b>236,3</b>	<b>867,4</b>	<b>5,91</b>	<b>0,52</b>	<b>28,73</b>	

Запроизводством: Тел (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)