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

МЕНЮ на 03.05.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97	18,6	176	257,7	6,03	31,89	37,15	0,8	0,34	0
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
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
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'		**25,02**	**8,08**	**16,44**	**0,72**	**121,94**	**715,56**	**349,2**	**233,1**	**526,8**	**10,6**	**85,05**	**106,82**	**1,78**	**0,48**	**4,66**
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	80	0,90	0,00	3,62	0,06	3,32	47,48	43,54	16,26	34,4	0,59	0	124,78	2,1	0,02	8,79
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36
Гуляш №96, сб.2021	110	15,18	14,59	15,73	0,00	3,83	217,04	12,4	20,45	157,1	2,3	0	10,73	2,06	0,03	0,3
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0
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'		**27,34**	**14,91**	**27,67**	**0,51**	**118,41**	**813,06**	**109,6**	**77,28**	**311,8**	**5,45**	**45,23**	**364,47**	**5,78**	**0,23**	**15,46**
Полдник																
Сырники с морковью №242 сб.2021	200	23,13	20,14	19,36	0,00	39,06	421,40	201,4	41,78	268	1,09	89,76	809,28	3,23	0,1	1,27
Напиток или кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Итого за 'Полдник'		**23,13**	**20,14**	**19,36**	**0,00**	**54,89**	**481,57**	**421,4**	**53,96**	**268**	**1,09**	**191,8**	**812,56**	**3,23**	**0,4**	**12,47**
Ужин																
Икра морковная №46, сб. 2021	60	1,15	0,00	4,63	0,00	7,04	71,27	18,62	23,81	38,02	0,58	0	1154,16	2,43	0,03	1,39
Тефтели рыбные № 87, сб.2021	90/60	13,06	0,46	12,57	0,00	18,07	235,87	30,21	21,1	97,6	0,79	26,33	112,31	0,14	0,09	3,07
Картофельные лепешки №162, сб. 2021	150	6,82	1,04	10,17	0,49	41,78	285,02	24,6	27,23	93,88	1,34	40,7	105,52	0,89	0,11	3,94
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
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Итого за 'Ужин'		**21,92**	**1,51**	**27,53**	**0,61**	**80,50**	**649,59**	**79,58**	**77,48**	**246,3**	**3,16**	**67,03**	**1372,23**	**3,62**	**0,26**	**9,52**
второй ужин																
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
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104
Итого за 'второй ужин'		**5,82**	**4,26**	**5,05**	**0,35**	**23,72**	**162,76**	**235,3**	**43,1**	**179,5**	**0,67**	**29,4**	**46,86**	**0,35**	**0,11**	**105**
Итого за день		**103,24**	**48,90**	**96,04**	**2,19**	**399,48**	**2822,54**	**1195**	**484,9**	**1532**	**21**	**418,5**	**2702,94**	**14,75**	**1,48**	**147,1**

Зав.производством: _____(Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 03.05.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	220	12,61	0,03	8,10	0,00	66,02	370,67	20,46	193,6	283,5	6,63	35,08	40,87	0,87	0,37	0
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
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
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 '		**26,17**	**8,08**	**17,17**	**0,72**	**127,94**	**749,26**	**351,1**	**250,7**	**552,5**	**11,2**	**88,24**	**110,54**	**1,86**	**0,51**	**4,66**
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250/10	2,00	0,26	5,36	0,00	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95
Гуляш №96, сб.2021	120	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
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 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
Итого за 'Обед'		**27,44**	**16,29**	**31,44**	**0,19**	**109,90**	**811,38**	**124,7**	**78,74**	**328,5**	**5,64**	**55,82**	**452,66**	**6,24**	**0,2**	**19,27**
Полдник																
Сырники с морковью №242 сб.2021	230	26,60	23,16	22,26	0,00	44,92	484,61	231,6	48,04	308,2	1,26	103,2	930,67	3,72	0,11	1,46
Напиток или кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Итого за 'Полдник'		**26,60**	**23,16**	**22,26**	**0,00**	**60,75**	**544,78**	**451,6**	**60,22**	**308,2**	**1,26**	**205,2**	**933,95**	**3,72**	**0,41**	**12,66**
Ужин																
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31
Тефтели рыбные № 87, сб.2021	100/60	14,80	0,53	14,24	0,00	20,48	267,32	34,24	23,92	110,6	0,9	29,84	127,28	0,16	0,11	3,48
Картофельные лепешки №162, сб. 2021	180	8,18	1,25	12,20	0,59	50,13	342,02	29,52	32,67	112,7	1,6	48,84	126,62	1,07	0,14	4,73
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 лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Итого за 'Ужин'		**28,75**	**1,78**	**34,66**	**1,05**	**115,47**	**878,88**	**108**	**112,1**	**327,8**	**4,45**	**78,69**	**2177,65**	**5,9**	**0,38**	**11,64**
второй ужин																
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
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104
Итого за 'второй ужин'		**6,67**	**5,12**	**5,99**	**0,35**	**24,90**	**179,90**	**270,6**	**47,22**	**207,4**	**0,7**	**35,28**	**53,46**	**0,35**	**0,12**	**105,2**
Итого за день		**115,65**	**54,43**	**111,53**	**2,30**	**438,97**	**3164,19**	**1306**	**549**	**1724**	**23,2**	**463,3**	**3728,26**	**18,05**	**1,62**	**153,4**

Завпроизводством: _____(Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 03.05.2023г. школа 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	**180**	**10,32**	**0,02**	**6,63**	**0,00**	**54,02**	**303,27**	**16,74**	**158,4**	**232**	**5,43**	**28,7**	**33,44**	**0,72**	**0,3**	**0**
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**
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**	**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**
Итого за 'Завтрак'		**26,81**	**12,05**	**19,89**	**0,52**	**99,79**	**671,58**	**498,9**	**226**	**617,5**	**7,27**	**110,1**	**133,9**	**1,5**	**0,47**	**1,63**
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	80	0,90	0,00	3,62	0,06	3,32	47,48	43,54	16,26	34,4	0,59	0	124,78	2,1	0,02	8,79
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36
Гуляш №96, сб.2021	110	15,18	14,59	15,73	0,00	3,83	217,04	12,4	20,45	157,1	2,3	0	10,73	2,06	0,03	0,3
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
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.	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.	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
апельсин сб.2021г.	210	1,34	0,00	0,30	0,30	15,30	66,05	50,49	19,31	34,16	0,45	0	11,88	0,3	0,06	89,1
Итого за 'Обед'		**28,58**	**14,91**	**28,54**	**0,68**	**132,88**	**880,18**	**159,4**	**94,31**	**346,1**	**5,88**	**48,1**	**381,71**	**6,06**	**0,28**	**104,6**
Итого за день		**55,39**	**26,96**	**48,43**	**1,21**	**232,66**	**1551,76**	**658,3**	**320,3**	**963,5**	**13,2**	**158,2**	**515,61**	**7,56**	**0,74**	**106,2**

Завпроизводством: _____(Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 03.05.2023г. 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
Завтрак																
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97	18,6	176	257,7	6,03	31,89	37,15	0,8	0,34	0
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
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	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
Итого за 'Завтрак '		**28,81**	**12,91**	**21,57**	**0,52**	**106,96**	**722,41**	**536**	**247,7**	**671,2**	**7,91**	**119,1**	**144,22**	**1,58**	**0,51**	**1,84**
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250/10	2,00	0,26	5,36	0,00	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95
Гуляш №96, сб.2021	120	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
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.	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
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104
Итого за 'Обед'		**32,02**	**16,29**	**32,16**	**0,91**	**147,46**	**982,30**	**192,1**	**113,6**	**400,5**	**6,89**	**55,82**	**466,51**	**7,08**	**0,33**	**123,2**
Итого за день		**60,83**	**29,20**	**53,73**	**1,43**	**254,42**	**1704,72**	**728,2**	**361,3**	**1072**	**14,8**	**175**	**610,73**	**8,66**	**0,84**	**125,1**

Завпроизводством: _____(Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____(Кузьмина О.В.)