

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



**МЕНЮ на 05.12.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,70	3,05	4,29	0,00	15,57	114,77	112	18,27	98,94	0,21	18,55	34,07	0,07	0,04	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	
Батон нарезной с маслом №4, сб.2021г.	80/10	6,09	0,05	10,44	2,35	41,87	284,56	18,42	25,87	68,5	1,59	57,82	65,3	1,46	0,13	0	
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	192,3	0,96	0,00	0,19	0,19	19,81	83,15	13,46	7,69	13,46	2,69	0	0	0,19	0,02	3,85	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>20,29</b>	<b>12,28</b>	<b>23,73</b>	<b>2,54</b>	<b>91,89</b>	<b>654,89</b>	<b>278,2</b>	<b>78,5</b>	<b>362,7</b>	<b>6,23</b>	<b>218,4</b>	<b>256,64</b>	<b>2,04</b>	<b>0,24</b>	<b>4,91</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43	
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	200	9,39	7,55	8,40	0,00	13,87	167,29	15,52	22,55	110,4	1,67	16,8	179,46	0,4	0,08	3,68	
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	150	4,09	0,00	6,63	0,87	35,03	214,34	19,26	43,54	109,9	1,71	0	6,58	3,15	0,19	17,4	
Компот из апельсина №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>31,33</b>	<b>20,18</b>	<b>25,40</b>	<b>1,22</b>	<b>101,69</b>	<b>745,08</b>	<b>111,8</b>	<b>136,9</b>	<b>433,9</b>	<b>5,8</b>	<b>22,26</b>	<b>878,76</b>	<b>5,12</b>	<b>0,44</b>	<b>43,18</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пудинг творожный со сгущенным молоком №243, сб.шк 2021 г.	150/15	21,69	21,33	13,66	0,15	38,86	362,73	195,4	27,69	233,9	0,69	62,35	118,91	0,58	0,05	0,17	
ряженка №297 сб. 2021	164,3	5,71	5,71	6,30	0,00	7,88	114,84	236,4	27,58	187,1	0,2	39,39	44,22	0	0,06	1,38	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>27,40</b>	<b>27,04</b>	<b>19,96</b>	<b>0,15</b>	<b>46,74</b>	<b>477,56</b>	<b>431,8</b>	<b>55,27</b>	<b>421</b>	<b>0,88</b>	<b>101,7</b>	<b>163,13</b>	<b>0,58</b>	<b>0,11</b>	<b>1,55</b>	
<b>Ужин</b>																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76	
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	12,01	5,91	17,63	0,00	38,53	361,61	233,8	20,62	181,5	1,02	125,3	139,96	1,1	0,08	0,16	
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	
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 'Ужин'</b>		<b>15,03</b>	<b>7,36</b>	<b>26,42</b>	<b>0,14</b>	<b>54,42</b>	<b>510,92</b>	<b>309,9</b>	<b>53,98</b>	<b>274,2</b>	<b>1,93</b>	<b>134,3</b>	<b>1436,56</b>	<b>5,09</b>	<b>0,14</b>	<b>2,18</b>	
<b>второй ужин</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	
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	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,78</b>	<b>6,11</b>	<b>6,06</b>	<b>0,13</b>	<b>15,75</b>	<b>143,33</b>	<b>225,5</b>	<b>29,98</b>	<b>176,4</b>	<b>0,44</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>100,83</b>	<b>72,97</b>	<b>101,57</b>	<b>4,18</b>	<b>310,49</b>	<b>2531,78</b>	<b>1357</b>	<b>354,6</b>	<b>1668</b>	<b>15,3</b>	<b>502</b>	<b>2781,45</b>	<b>13</b>	<b>1,01</b>	<b>52,92</b>	

Зав.производством:

*[Signature]*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*[Signature]*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 05.12.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04			0,65
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 с маслом №3, сб.2021г.	100/10	6,09	0,05	10,44	2,35	41,87	284,56	18,42	25,87	68,5	1,59	57,82	65,3	1,46	0,13			0
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	192,3	0,96	0,00	0,19	0,19	19,81	83,15	13,46	7,69	13,46	2,69	0	0	0,19	0,02			3,85
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>21,00</b>	<b>12,86</b>	<b>24,55</b>	<b>2,54</b>	<b>94,86</b>	<b>676,75</b>	<b>299,5</b>	<b>81,98</b>	<b>381,6</b>	<b>6,27</b>	<b>221,9</b>	<b>263,13</b>	<b>2,05</b>	<b>0,25</b>			<b>5,02</b>
<b>Обед</b>																		
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	100	1,71	0,00	4,52	0,00	11,52	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05			8,04
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	250	9,91	7,61	8,92	0,00	17,34	187,63	18,53	26,09	120,5	1,82	21	224,33	0,46	0,1			4,6
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08			3,44
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23			20,88
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02			12,8
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
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>36,72</b>	<b>22,76</b>	<b>29,55</b>	<b>1,52</b>	<b>122,85</b>	<b>885,69</b>	<b>133,4</b>	<b>165,4</b>	<b>514,3</b>	<b>6,91</b>	<b>27,55</b>	<b>1096,64</b>	<b>6,2</b>	<b>0,54</b>			<b>49,76</b>
<b>Полдник</b>																		
Пудинг творожный со сгущенным молоком №243, сб.шк 2021 г.	200	26,29	25,85	16,55	0,19	47,10	439,67	236,9	33,57	283,5	0,83	75,57	144,14	0,7	0,06			0,21
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06			1,51
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>32,55</b>	<b>32,11</b>	<b>23,46</b>	<b>0,19</b>	<b>55,73</b>	<b>565,48</b>	<b>495,8</b>	<b>63,78</b>	<b>488,5</b>	<b>1,05</b>	<b>118,7</b>	<b>192,58</b>	<b>0,7</b>	<b>0,12</b>			<b>1,72</b>
<b>Ужин</b>																		
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04			2,2
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	12,01	5,91	17,63	0,00	38,53	361,61	233,8	20,62	181,5	1,02	125,3	139,96	1,1	0,08			0,16
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
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 'Ужин'</b>		<b>15,59</b>	<b>7,36</b>	<b>28,25</b>	<b>0,20</b>	<b>58,87</b>	<b>545,94</b>	<b>316,6</b>	<b>61,95</b>	<b>291,5</b>	<b>2,24</b>	<b>134,3</b>	<b>1756,61</b>	<b>6,11</b>	<b>0,16</b>			<b>2,62</b>
<b>второй ужин</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
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
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,78</b>	<b>6,11</b>	<b>6,06</b>	<b>0,13</b>	<b>15,75</b>	<b>143,33</b>	<b>225,5</b>	<b>29,98</b>	<b>176,4</b>	<b>0,44</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>			<b>1,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>112,64</b>	<b>81,20</b>	<b>111,87</b>	<b>4,58</b>	<b>348,05</b>	<b>2817,20</b>	<b>1471</b>	<b>403,1</b>	<b>1852</b>	<b>16,9</b>	<b>527,8</b>	<b>3355,31</b>	<b>15,23</b>	<b>1,15</b>			<b>60,21</b>

Запроизводством:

*ЖЛ*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*З*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 05.12.2023г. 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	B1,мг	C,мг
<b>Завтрак</b>																
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	160	9,14	4,26	13,63	0,00	30,82	283,05	169,3	15,52	134,6	0,81	96,53	107,73	0,87	0,06	0,11
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 №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
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>20,21</b>	<b>12,38</b>	<b>22,85</b>	<b>0,33</b>	<b>69,22</b>	<b>563,17</b>	<b>501,1</b>	<b>72,53</b>	<b>425,8</b>	<b>2,21</b>	<b>144,5</b>	<b>170,18</b>	<b>1,31</b>	<b>0,2</b>	<b>1,89</b>
<b>Обед</b>																
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	200	9,39	7,55	8,40	0,00	13,87	167,29	15,52	22,55	110,4	1,67	16,8	179,46	0,4	0,08	3,68
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	140	12,54	11,79	5,91	0,02	7,64	130,49	25,12	28,65	123,7	0,71	5,1	8,61	0,77	0,06	2,67
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	150	4,09	0,00	6,63	0,87	35,03	214,34	19,26	43,54	109,9	1,71	0	6,58	3,15	0,19	17,4
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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
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
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 'Обед'</b>		<b>30,43</b>	<b>19,34</b>	<b>25,55</b>	<b>1,79</b>	<b>115,41</b>	<b>792,94</b>	<b>134,6</b>	<b>147,7</b>	<b>440,6</b>	<b>9,24</b>	<b>21,9</b>	<b>886,21</b>	<b>5,3</b>	<b>0,48</b>	<b>58,99</b>
<b>Итого за день</b>		<b>50,64</b>	<b>31,71</b>	<b>48,40</b>	<b>2,12</b>	<b>184,64</b>	<b>1356,11</b>	<b>635,8</b>	<b>220,2</b>	<b>866,4</b>	<b>11,5</b>	<b>166,4</b>	<b>1056,38</b>	<b>6,61</b>	<b>0,67</b>	<b>60,88</b>

Завпроизводством: Жел (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 05.12.2023г. 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>																	
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,28	4,79	15,34	0,00	34,67	318,43	190,4	17,46	151,4	0,91	108,6	121,2	0,98	0,07	0,13	
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 №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	
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,91</b>	<b>13,95</b>	<b>25,77</b>	<b>0,39</b>	<b>77,88</b>	<b>635,56</b>	<b>567</b>	<b>81,66</b>	<b>482,5</b>	<b>2,48</b>	<b>163,8</b>	<b>191,72</b>	<b>1,51</b>	<b>0,23</b>	<b>2,16</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	100	1,71	0,00	4,52	0,00	11,52	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05	8,04	
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	250	9,91	7,61	8,92	0,00	17,34	187,63	18,53	26,09	120,5	1,82	21	224,33	0,46	0,1	4,6	
Филе минтая или горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	180	16,12	15,15	7,60	0,02	9,82	167,77	32,3	36,84	159	0,91	6,55	11,07	1	0,08	3,44	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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	
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 'Обед'</b>		<b>37,41</b>	<b>22,76</b>	<b>30,23</b>	<b>2,20</b>	<b>141,61</b>	<b>964,13</b>	<b>160,5</b>	<b>181,7</b>	<b>539,7</b>	<b>10,6</b>	<b>27,55</b>	<b>1104,73</b>	<b>6,55</b>	<b>0,59</b>	<b>65,76</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>60,32</b>	<b>36,71</b>	<b>55,99</b>	<b>2,59</b>	<b>219,49</b>	<b>1599,68</b>	<b>727,4</b>	<b>263,3</b>	<b>1022</b>	<b>13,1</b>	<b>191,3</b>	<b>1296,44</b>	<b>8,06</b>	<b>0,82</b>	<b>67,92</b>	

Завпроизводством:     Тал     (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра     Z     (Кузьмина О.В.)