

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



**МЕНЮ на 06.02.2023г. 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	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
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	180	2,58	2,74	2,53	0,00	13,42	84,39	95,28	10,96	70,47	0,1	10,8	19,8	0	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	
апельсин сб. 2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9	
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>18,96</b>	<b>10,10</b>	<b>14,84</b>	<b>1,08</b>	<b>102,41</b>	<b>609,87</b>	<b>473,1</b>	<b>84,46</b>	<b>371,9</b>	<b>4,94</b>	<b>91,47</b>	<b>108,47</b>	<b>1,37</b>	<b>0,26</b>	<b>112,9</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	60	1,93	0,61	3,81	0,15	8,34	73,44	11,93	15,84	44,29	0,55	7,2	322,83	1,73	0,06	4,05	
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	200	1,97	0,27	4,36	0,24	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	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	
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>28,22</b>	<b>14,78</b>	<b>28,03</b>	<b>6,85</b>	<b>109,76</b>	<b>784,03</b>	<b>85,59</b>	<b>198,5</b>	<b>443,3</b>	<b>7,4</b>	<b>65,23</b>	<b>659,64</b>	<b>5,89</b>	<b>0,46</b>	<b>10,83</b>	
<b>Полдник</b>																	
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04	
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	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>13,55</b>	<b>6,78</b>	<b>11,78</b>	<b>0,00</b>	<b>62,27</b>	<b>406,56</b>	<b>246,2</b>	<b>36,76</b>	<b>228,5</b>	<b>1,03</b>	<b>52,17</b>	<b>95,59</b>	<b>1,14</b>	<b>0,15</b>	<b>1,13</b>	
<b>Ужин</b>																	
Филе горбуши запеченное в омлете №81, сб. 2021	120	21,55	21,14	11,18	0,00	3,70	201,47	41,18	22,35	173,2	1,18	99,24	137,6	1,77	0,13	1,04	
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	
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 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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>30,44</b>	<b>22,45</b>	<b>17,81</b>	<b>0,52</b>	<b>58,17</b>	<b>504,34</b>	<b>177,1</b>	<b>72,57</b>	<b>308,3</b>	<b>3,35</b>	<b>104,6</b>	<b>223,5</b>	<b>5,03</b>	<b>0,27</b>	<b>33,17</b>	
<b>перед сном</b>																	
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 'перед сном'</b>		<b>4,26</b>	<b>4,26</b>	<b>4,70</b>	<b>0,00</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,4</b>	<b>20,58</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>95,43</b>	<b>58,38</b>	<b>77,16</b>	<b>8,45</b>	<b>338,49</b>	<b>2390,49</b>	<b>1158</b>	<b>412,9</b>	<b>1492</b>	<b>16,9</b>	<b>342,9</b>	<b>1120,2</b>	<b>13,44</b>	<b>1,19</b>	<b>159,1</b>	

Зав.производством:

*Ж.А.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Ж*

(Кузьмина О.В.)



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



**МЕНЮ на 06.02.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	220	6,57	3,24	8,81	0,00	33,58	237,56	138,8	20,66	121,8	0,46	57,95	39,13	0,06	0,08	0,59	
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 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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,71</b>	<b>11,44</b>	<b>17,56</b>	<b>0,72</b>	<b>96,06</b>	<b>614,83</b>	<b>466,7</b>	<b>68,87</b>	<b>377,1</b>	<b>4,55</b>	<b>111,1</b>	<b>108,73</b>	<b>1,03</b>	<b>0,22</b>	<b>5,24</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	60	1,93	0,61	3,81	0,15	8,34	73,44	11,93	15,84	44,29	0,55	7,2	322,83	1,73	0,06	4,05	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,46	0,33	5,45	0,30	17,58	127,63	26,01	23,42	69,74	0,88	25,41	249,12	0,29	0,08	6,72	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41	
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	
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	
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>30,76</b>	<b>14,85</b>	<b>30,29</b>	<b>6,96</b>	<b>124,32</b>	<b>869,58</b>	<b>95,3</b>	<b>231,9</b>	<b>503,7</b>	<b>8,68</b>	<b>75,09</b>	<b>715,09</b>	<b>6,14</b>	<b>0,54</b>	<b>12,17</b>	
<b>Полдник</b>																	
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04	
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	
апельсин сб.2021г.	218	1,62	0,00	0,36	0,36	18,52	80,00	61,15	23,38	41,37	0,54	0	14,39	0,36	0,07	107,9	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>15,17</b>	<b>6,78</b>	<b>12,14</b>	<b>0,36</b>	<b>80,80</b>	<b>486,56</b>	<b>307,3</b>	<b>60,14</b>	<b>269,9</b>	<b>1,57</b>	<b>52,17</b>	<b>109,98</b>	<b>1,5</b>	<b>0,22</b>	<b>109</b>	
<b>Ужин</b>																	
филе горбуши запеченное в омлете №81, сб.2021	150	26,93	26,43	13,97	0,00	4,63	251,84	51,47	27,94	216,5	1,47	124	172	2,21	0,16	1,3	
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	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	0	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>37,02</b>	<b>27,74</b>	<b>21,63</b>	<b>0,59</b>	<b>65,92</b>	<b>594,42</b>	<b>204,1</b>	<b>85,81</b>	<b>368,2</b>	<b>3,99</b>	<b>129,4</b>	<b>273,1</b>	<b>6,07</b>	<b>0,32</b>	<b>39,81</b>	
<b>перед сном</b>																	
Кефир №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	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>0,00</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,7</b>	<b>24,7</b>	<b>167,6</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>107,77</b>	<b>65,93</b>	<b>87,26</b>	<b>8,63</b>	<b>374,16</b>	<b>2668,23</b>	<b>1285</b>	<b>471,4</b>	<b>1686</b>	<b>19</b>	<b>403,1</b>	<b>1246,5</b>	<b>14,75</b>	<b>1,35</b>	<b>167,5</b>	

Завпроизводством: Lat (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра И (Кузьмина О.В.)




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



**МЕНЮ на 06.02.2023г. 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	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>Завтрак</b>																
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	180	2,58	2,74	2,53	0,00	13,42	84,39	95,28	10,96	70,47	0,1	10,8	19,8	0	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
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 'Завтрак'</b>		<b>20,60</b>	<b>14,37</b>	<b>18,98</b>	<b>0,52</b>	<b>69,16</b>	<b>529,09</b>	<b>574,3</b>	<b>73,66</b>	<b>456,2</b>	<b>1,74</b>	<b>120,9</b>	<b>127,08</b>	<b>0,81</b>	<b>0,21</b>	<b>2,03</b>
<b>Обед</b>																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	60	1,93	0,61	3,81	0,15	8,34	73,44	11,93	15,84	44,29	0,55	7,2	322,83	1,73	0,06	4,05
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	200	1,97	0,27	4,36	0,24	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	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
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>31,03</b>	<b>14,78</b>	<b>28,45</b>	<b>7,26</b>	<b>122,23</b>	<b>851,17</b>	<b>103,8</b>	<b>213,3</b>	<b>473,9</b>	<b>10,5</b>	<b>65,23</b>	<b>659,6</b>	<b>6,38</b>	<b>0,52</b>	<b>14,83</b>
<b>Итого за день</b>		<b>51,63</b>	<b>29,15</b>	<b>47,43</b>	<b>7,78</b>	<b>191,39</b>	<b>1380,26</b>	<b>678,1</b>	<b>286,9</b>	<b>930,1</b>	<b>12,3</b>	<b>186,1</b>	<b>786,68</b>	<b>7,2</b>	<b>0,73</b>	<b>16,86</b>

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 06.02.2023г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																	
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	180	2,58	2,74	2,53	0,00	13,42	84,39	95,28	10,96	70,47	0,1	10,8	19,8	0	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	
Кефир №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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,95</b>	<b>15,96</b>	<b>21,92</b>	<b>0,52</b>	<b>77,97</b>	<b>600,22</b>	<b>641,2</b>	<b>82,47</b>	<b>511,8</b>	<b>1,88</b>	<b>139,9</b>	<b>142,57</b>	<b>0,83</b>	<b>0,24</b>	<b>2,37</b>	
Обед																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	80	2,57	0,81	5,08	0,20	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,46	0,33	5,45	0,30	17,58	127,63	26,01	23,42	69,74	0,88	25,41	249,12	0,29	0,08	6,72	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41	
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	
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 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>35,09</b>	<b>15,05</b>	<b>32,08</b>	<b>7,53</b>	<b>145,39</b>	<b>989,01</b>	<b>119,7</b>	<b>255,2</b>	<b>556,9</b>	<b>12,2</b>	<b>77,49</b>	<b>822,63</b>	<b>7,35</b>	<b>0,63</b>	<b>17,52</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>58,04</b>	<b>31,01</b>	<b>54,00</b>	<b>8,05</b>	<b>223,37</b>	<b>1589,23</b>	<b>760,8</b>	<b>337,7</b>	<b>1069</b>	<b>14</b>	<b>217,4</b>	<b>965,2</b>	<b>8,18</b>	<b>0,87</b>	<b>19,89</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)