

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

**МЕНЮ на 06.04.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	180	28,04	25,01	20,42	0,02	37,83	448,82	236,3	37,86	307,7	1,08	132	152,23	0,89	0,09	0,46	
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 №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	
груша ТК № 5	225	0,67	0,00	0,50	0,50	21,96	84,97	31,85	20,11	26,82	3,86	0	3,35	0,67	0,03	8,38	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>35,18</b>	<b>28,06</b>	<b>24,20</b>	<b>0,98</b>	<b>98,30</b>	<b>739,83</b>	<b>384,6</b>	<b>85,25</b>	<b>452,6</b>	<b>5,97</b>	<b>144</b>	<b>177,58</b>	<b>2,17</b>	<b>0,23</b>	<b>9,36</b>	
Сок	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 '10:00'</b>		<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>20,60</b>	<b>86,48</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>2,8</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,02</b>	<b>4</b>	
Обед																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4	
Рассольник ленинградский с курами №56, сб.2021	225	8,76	7,50	10,48	0,24	14,00	184,13	24,93	24,86	112,2	1,25	35,33	224,9	0,42	0,08	5,66	
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	
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>38,80</b>	<b>33,21</b>	<b>42,64</b>	<b>0,36</b>	<b>66,87</b>	<b>789,90</b>	<b>141,2</b>	<b>99,97</b>	<b>439,5</b>	<b>5,42</b>	<b>102,4</b>	<b>829,93</b>	<b>6,13</b>	<b>0,3</b>	<b>44,09</b>	
Полдник																	
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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>13,75</b>	<b>11,23</b>	<b>13,66</b>	<b>0,00</b>	<b>32,94</b>	<b>307,28</b>	<b>239,4</b>	<b>39,47</b>	<b>244,7</b>	<b>1,33</b>	<b>42,74</b>	<b>100,77</b>	<b>0,84</b>	<b>0,12</b>	<b>2,03</b>	
Ужин																	
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе №107, сб.2021	120	10,70	10,34	9,61	0,00	8,90	164,51	29	21,64	122,2	0,93	25,93	42,3	0,28	0,05	0,03	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,07	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0	
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,27	62,70	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,29</b>	<b>11,81</b>	<b>16,89</b>	<b>0,22</b>	<b>75,31</b>	<b>528,06</b>	<b>100,1</b>	<b>165,3</b>	<b>366,4</b>	<b>5,87</b>	<b>56,44</b>	<b>86,66</b>	<b>1,18</b>	<b>0,33</b>	<b>0,29</b>	
второй ужин																	
Кефир №279 сб.шк. 2014г.	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	
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 '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>Итого за день</b>		<b>117,87</b>	<b>88,58</b>	<b>102,61</b>	<b>2,08</b>	<b>316,74</b>	<b>2617,44</b>	<b>1063</b>	<b>429,3</b>	<b>1685</b>	<b>22,2</b>	<b>374,9</b>	<b>1227,94</b>	<b>10,95</b>	<b>1,1</b>	<b>60,79</b>	

Зав.производством:

*AA*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*bc*


(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 06.04.2023г. 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		
																	всего	в т.ч. жив.
<b>Завтрак</b>																		
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	200	31,15	27,79	22,69	0,02	42,03	498,69	262,6	42,07	341,9	1,2	146,7	169,15	0,99	0,1	0,51		
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 №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		
груша ТК № 5	225	0,67	0,00	0,50	0,50	21,96	84,97	31,85	20,11	26,82	3,86	0	3,35	0,67	0,03	8,38		
Сок	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>40,33</b>	<b>30,84</b>	<b>26,80</b>	<b>1,31</b>	<b>129,84</b>	<b>908,25</b>	<b>427,8</b>	<b>101,8</b>	<b>512,1</b>	<b>9,15</b>	<b>158,7</b>	<b>194,5</b>	<b>2,64</b>	<b>0,28</b>	<b>13,41</b>		
<b>Обед</b>																		
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	100	3,21	1,02	6,35	0,00	13,91	122,40	19,88	26,4	73,81	0,91	12	538,04	2,88	0,11	6,74		
Рассольник ленинградский с курами №56, сб. 2021	250/25	9,24	7,55	11,48	0,30	17,50	208,75	29,75	29,51	125,9	1,43	39,96	273,92	0,48	0,1	7		
Куры отварные №132, сб. 2021	110	28,67	30,43	27,08	0,00	0,49	360,04	24,84	26,76	242,4	2,36	70,22	120,38	0,85	0,09	1,39		
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		
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 подовый "Уньш" №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>46,13</b>	<b>39,00</b>	<b>50,86</b>	<b>0,48</b>	<b>78,74</b>	<b>937,61</b>	<b>171,4</b>	<b>122,6</b>	<b>530,6</b>	<b>6,61</b>	<b>122,2</b>	<b>1023,7</b>	<b>7,5</b>	<b>0,37</b>	<b>53,41</b>		
<b>Полдник</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		
Учпочмак (треугольник) №273 сб. 2021	150	12,01	7,68	11,58	0,00	35,89	294,05	25,37	20,71	119,6	1,72	26,18	81,62	1,26	0,08	1,4		
<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>17,75</b>	<b>13,79</b>	<b>17,52</b>	<b>0,00</b>	<b>44,90</b>	<b>405,30</b>	<b>247,9</b>	<b>46,37</b>	<b>284,6</b>	<b>1,9</b>	<b>51,46</b>	<b>127,98</b>	<b>1,26</b>	<b>0,14</b>	<b>2,49</b>		
<b>Ужин</b>																		
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе №107, сб. 2021	150	13,38	12,93	12,01	0,00	11,13	205,64	36,25	27,06	152,7	1,16	32,41	52,87	0,34	0,06	0,04		
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		
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,27	62,70	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26		
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 'Ужин'</b>		<b>28,86</b>	<b>14,41</b>	<b>21,26</b>	<b>0,35</b>	<b>99,28</b>	<b>685,51</b>	<b>114,9</b>	<b>218,8</b>	<b>471,4</b>	<b>7,86</b>	<b>70,29</b>	<b>106,52</b>	<b>1,62</b>	<b>0,45</b>	<b>0,3</b>		
<b>второй ужин</b>																		
Кефир №279 сб.шк. 2014г.	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		
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		
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,66</b>	<b>5,12</b>	<b>5,84</b>	<b>0,20</b>	<b>17,17</b>	<b>150,96</b>	<b>216,2</b>	<b>31,16</b>	<b>184,6</b>	<b>0,57</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0,26</b>	<b>0,08</b>	<b>1,23</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>139,74</b>	<b>103,15</b>	<b>122,27</b>	<b>2,33</b>	<b>369,92</b>	<b>3087,63</b>	<b>1178</b>	<b>520,6</b>	<b>1983</b>	<b>26,1</b>	<b>437,9</b>	<b>1492,3</b>	<b>13,28</b>	<b>1,33</b>	<b>70,85</b>		

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 06.04.2023г. 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	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	180	28,04	25,01	20,42	0,02	37,83	448,82	236,3	37,86	307,7	1,08	132	152,23	0,89	0,09	0,46	
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 №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	
груша ТК № 5	225	0,67	0,00	0,50	0,50	21,96	84,97	31,85	20,11	26,82	3,86	0	3,35	0,67	0,03	8,38	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>33,86</b>	<b>27,75</b>	<b>23,79</b>	<b>0,85</b>	<b>90,06</b>	<b>698,37</b>	<b>371</b>	<b>79,72</b>	<b>433,4</b>	<b>5,69</b>	<b>142,8</b>	<b>175,38</b>	<b>1,99</b>	<b>0,21</b>	<b>9,31</b>	
Обед																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	60	1,93	0,61	3,81	0,00	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	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37	
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	
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 "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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб. 2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>42,13</b>	<b>30,85</b>	<b>43,03</b>	<b>0,53</b>	<b>100,48</b>	<b>942,92</b>	<b>166,6</b>	<b>117</b>	<b>477,6</b>	<b>8,94</b>	<b>100,6</b>	<b>747,9</b>	<b>6,68</b>	<b>0,37</b>	<b>47,38</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>75,99</b>	<b>58,60</b>	<b>66,82</b>	<b>1,38</b>	<b>190,54</b>	<b>1641,29</b>	<b>537,6</b>	<b>196,7</b>	<b>910,9</b>	<b>14,6</b>	<b>243,4</b>	<b>923,28</b>	<b>8,67</b>	<b>0,58</b>	<b>56,69</b>	

Запроизводством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 06.04.2023г. 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	P3,мкг	T9,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	200	31,15	27,79	22,69	0,02	42,03	498,69	262,6	42,07	341,9	1,2	146,7	169,15	0,99	0,1	0,51
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 №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
груша ТК № 5	225	0,67	0,00	0,50	0,50	21,96	84,97	31,85	20,11	26,82	3,86	0	3,35	0,67	0,03	8,38
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>37,78</b>	<b>30,84</b>	<b>26,40</b>	<b>0,92</b>	<b>99,13</b>	<b>773,66</b>	<b>409,3</b>	<b>87,3</b>	<b>481,1</b>	<b>5,96</b>	<b>158,7</b>	<b>194,5</b>	<b>2,18</b>	<b>0,23</b>	<b>9,41</b>
<b>Обед</b>																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб. 2021	100	3,21	1,02	6,35	0,00	13,91	122,40	19,88	26,4	73,81	0,91	12	538,04	2,88	0,11	6,74
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	250	2,40	0,27	5,01	0,00	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71
Куры отварные №132, сб. 2021	110	28,67	30,43	27,08	0,00	0,49	360,04	24,84	26,76	242,4	2,36	70,22	120,38	0,85	0,09	1,39
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
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 пшеничный "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
Учпочмак (треугольник) №273 сб. 2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>50,99</b>	<b>36,84</b>	<b>52,62</b>	<b>0,69</b>	<b>120,95</b>	<b>1142,93</b>	<b>203,1</b>	<b>148,2</b>	<b>591,4</b>	<b>10,5</b>	<b>122,8</b>	<b>1049,25</b>	<b>8,77</b>	<b>0,48</b>	<b>58,06</b>
<b>Итого за день</b>		<b>88,77</b>	<b>67,68</b>	<b>79,02</b>	<b>1,61</b>	<b>220,08</b>	<b>1916,58</b>	<b>612,4</b>	<b>235,5</b>	<b>1072</b>	<b>16,4</b>	<b>281,5</b>	<b>1243,75</b>	<b>10,95</b>	<b>0,71</b>	<b>67,46</b>

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)