

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

МЕНЮ на 06.12.2024 г. интернат 7-11 лет

| Наименование блюда                                                    | Выход, г | Белки, г |                | Жиры, г |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |       |       |      | Витамины |         |       |       |       |
|-----------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------------|---------|-----------------|------------------|----------|---------------------------|-------|-------|------|----------|---------|-------|-------|-------|
|                                                                       |          | всего    | в т.ч.<br>жив. | всего   | в т.ч.<br>раст. |                  |          | Ca                        | Mg    | P     | Fe   | A,мг     | PЭ,мкг  | ТЭ,мг | B1,мг | C,мг  |
| Завтрак                                                               |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021                     | 200      | 4,39     | 2,91           | 4,16    | 0,00            | 16,43            | 119,71   | 108,5                     | 14,41 | 90,67 | 0,32 | 17,66    | 32,45   | 0,26  | 0,05  | 0,52  |
| 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. | 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  |
| Салат витаминный №21                                                  | 100      | 1,48     | 0,00           | 4,55    | 0,00            | 12,84            | 93,43    | 36,03                     | 18,41 | 30,56 | 0,92 | 0        | 503,18  | 2,41  | 0,03  | 6,34  |
| 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.         | 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     |
| Итого за 'Завтрак'                                                    |          | 20,05    | 11,11          | 17,59   | 0,85            | 98,49            | 622,50   | 475,4                     | 85,34 | 388   | 5,59 | 70,82    | 605,23  | 3,82  | 0,23  | 11,52 |
| обед                                                                  |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Икра свекольная № 47, сб.2021                                         | 60       | 1,62     | 0,00           | 5,72    | 0,00            | 10,48            | 95,06    | 28,81                     | 18,93 | 38,69 | 1,13 | 0        | 28,42   | 3,01  | 0,02  | 2,8   |
| Суп из овощей №67, сб.2014 г.                                         | 200      | 1,68     | 0,21           | 4,36    | 0,21            | 10,37            | 85,12    | 24,12                     | 17,01 | 43,32 | 0,62 | 30,88    | 198,58  | 0,18  | 0,06  | 6,83  |
| Котлеты с соусом № 99, сб. shk. 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  |
| Картофельное пюре № 146, сб. 2021                                     | 150      | 3,05     | 0,68           | 4,76    | 0,00            | 21,68            | 140,54   | 35,6                      | 28,4  | 83,2  | 1,03 | 21,29    | 43,08   | 0,18  | 0,12  | 10,38 |
| Компот из смеси сухофруктов №310, сб.shk.2021г.                       | 200      | 1,04     | 0,00           | 0,06    | 0,06            | 33,76            | 127,59   | 32,6                      | 21    | 29,2  | 0,7  | 0        | 116,6   | 1,1   | 0,02  | 0,8   |
| 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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.   | 40       | 0,32     | 0,00           | 0,06    | 0,06            | 2,04             | 9,48     | 1,72                      | 2,3   | 7,74  | 0,19 | 0        | 0,05    | 0,07  | 0,01  | 0     |
| Итого за 'обед'                                                       |          | 24,35    | 14,77          | 29,37   | 6,86            | 106,71           | 766,78   | 162,4                     | 121,4 | 353,7 | 5,26 | 65,94    | 496,28  | 8     | 0,32  | 22,22 |
| полдник                                                               |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
| 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  |
| Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021                                | 200      | 1,55     | 1,45           | 1,45    | 0,00            | 11,36            | 62,41    | 53,06                     | 6,09  | 39,15 | 0,07 | 6        | 11      | 0     | 0,01  | 0,26  |
| Итого за 'полдник'                                                    |          | 9,56     | 6,57           | 9,18    | 0,00            | 35,28            | 258,44   | 69,98                     | 19,9  | 118,9 | 1,21 | 23,45    | 65,41   | 0,84  | 0,07  | 1,19  |
| Ужин                                                                  |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Плов фруктовый №221, сб. 2021                                         | 150      | 4,27     | 0,08           | 11,37   | 0,10            | 53,84            | 324,13   | 39,43                     | 47,71 | 97,95 | 1,23 | 53,1     | 771,66  | 1,3   | 0,05  | 1,56  |
| Чай с сахаром №300, сб. 2021                                          | 200      | 0,08     | 0,00           | 0,02    | 0,02            | 9,14             | 35,11    | 0,26                      | 0     | 0     | 0,03 | 0        | 0       | 0     | 0     | 0     |
| Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.   | 40       | 0,32     | 0,00           | 0,06    | 0,06            | 2,04             | 9,48     | 1,72                      | 2,3   | 7,74  | 0,19 | 0        | 0,05    | 0,07  | 0,01  | 0     |
| Груша ТК № 5                                                          | 220      | 0,66     | 0,00           | 0,49    | 0,49            | 21,47            | 83,08    | 31,14                     | 19,67 | 26,22 | 3,77 | 0        | 3,28    | 0,66  | 0,03  | 8,19  |
| Итого за 'Ужин'                                                       |          | 5,32     | 0,08           | 11,94   | 0,67            | 86,49            | 451,79   | 72,54                     | 69,68 | 131,9 | 5,22 | 53,1     | 774,99  | 2,02  | 0,09  | 9,75  |
| Итого за день                                                         |          | 59,27    | 32,53          | 68,08   | 8,38            | 326,97           | 2099,51  | 780,3                     | 296,3 | 992,5 | 17,3 | 213,3    | 1941,91 | 14,68 | 0,72  | 44,68 |
|                                                                       |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                       |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                       |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                       |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                       |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Наименование бл

**МЕНЮ на 06.12.2024 г. интернат с 12 лет и старше**

| Наименование блюда                                                  | Выход, г | Белки, г |                | Жиры, г |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |       |       |      | Витамины |         |       |       |       |
|---------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------------|---------|-----------------|------------------|----------|---------------------------|-------|-------|------|----------|---------|-------|-------|-------|
|                                                                     |          | всего    | в т.ч.<br>жив. | всего   | в т.ч.<br>раст. |                  |          | Ca                        | Mg    | P     | Fe   | A,мг     | PЭ,мкг  | TЭ,мг | B1,мг | C,мг  |
| Завтрак                                                             |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021                   | 250      | 5,48     | 3,64           | 5,20    | 0,00            | 20,54            | 149,64   | 135,6                     | 18,01 | 113,3 | 0,4  | 22,08    | 40,56   | 0,32  | 0,06  | 0,65  |
| 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  |
| Салат витаминный №21                                                | 100      | 1,48     | 0,00           | 4,55    | 0,00            | 12,84            | 93,43    | 36,03                     | 18,41 | 30,56 | 0,92 | 0        | 503,18  | 2,41  | 0,03  | 6,34  |
| 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.        | 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     |
| Итого за 'Завтрак'                                                  |          | 21,14    | 11,83          | 18,63   | 0,85            | 102,60           | 652,42   | 502,5                     | 88,94 | 410,6 | 5,67 | 75,24    | 613,34  | 3,88  | 0,25  | 11,65 |
| обед                                                                |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Икра свекольная № 47, сб.2021                                       | 100      | 2,03     | 0,00           | 7,14    | 0,00            | 13,10            | 118,82   | 36,02                     | 23,66 | 48,37 | 1,41 | 0        | 35,52   | 3,76  | 0,03  | 3,5   |
| Суп из овощей №67, сб.2014 г.                                       | 250      | 2,11     | 0,26           | 5,45    | 0,26            | 12,96            | 106,40   | 30,15                     | 21,26 | 54,14 | 0,78 | 38,6     | 248,22  | 0,23  | 0,08  | 8,53  |
| Котлеты с соусом № 99, сб. shk. 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  |
| Картофельное пюре № 146, сб. 2021                                   | 180      | 3,66     | 0,81           | 5,71    | 0,00            | 26,01            | 168,65   | 42,72                     | 34,08 | 99,84 | 1,24 | 25,54    | 51,7    | 0,22  | 0,14  | 12,45 |
| Компот из смеси сухофруктов №310, сб.shk.2021г.                     | 200      | 1,04     | 0,00           | 0,06    | 0,06            | 33,76            | 127,59   | 32,6                      | 21    | 29,2  | 0,7  | 0        | 116,6   | 1,1   | 0,02  | 0,8   |
| 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     |
| Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.  | 60       | 0,49     | 0,00           | 0,09    | 0,09            | 3,06             | 14,21    | 2,57                      | 3,45  | 11,61 | 0,29 | 0        | 0,08    | 0,11  | 0,01  | 0     |
| Итого за 'обед'                                                     |          | 26,98    | 14,96          | 33,01   | 7,07            | 124,02           | 876,75   | 186,6                     | 141,5 | 406   | 6,27 | 77,92    | 561,67  | 9,04  | 0,39  | 26,7  |
| полдник                                                             |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021                                 | 120      | 9,61     | 6,15           | 9,27    | 0,00            | 28,71            | 235,24   | 20,3                      | 16,57 | 95,7  | 1,37 | 20,94    | 65,3    | 1,01  | 0,07  | 1,12  |
| Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021                              | 200      | 1,55     | 1,45           | 1,45    | 0,00            | 11,36            | 62,41    | 53,06                     | 6,09  | 39,15 | 0,07 | 6        | 11      | 0     | 0,01  | 0,26  |
| Итого за 'полдник'                                                  |          | 11,16    | 7,60           | 10,72   | 0,00            | 40,07            | 297,65   | 73,36                     | 22,66 | 134,9 | 1,44 | 26,94    | 76,3    | 1,01  | 0,08  | 1,38  |
| Ужин                                                                |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Плов фруктовый №221, сб. 2021                                       | 180      | 5,12     | 0,09           | 13,65   | 0,12            | 64,61            | 388,95   | 47,31                     | 57,25 | 117,5 | 1,47 | 63,72    | 925,99  | 1,56  | 0,06  | 1,87  |
| Чай с сахаром №300, сб. 2021                                        | 200      | 0,08     | 0,00           | 0,02    | 0,02            | 9,14             | 35,11    | 0,26                      | 0     | 0     | 0,03 | 0        | 0       | 0     | 0     | 0     |
| Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.  | 60       | 0,49     | 0,00           | 0,09    | 0,09            | 3,06             | 14,21    | 2,57                      | 3,45  | 11,61 | 0,29 | 0        | 0,08    | 0,11  | 0,01  | 0     |
| Груша ТК № 5                                                        | 220      | 0,66     | 0,00           | 0,49    | 0,49            | 21,47            | 83,08    | 31,14                     | 19,67 | 26,22 | 3,77 | 0        | 3,28    | 0,66  | 0,03  | 8,19  |
| Итого за 'Ужин'                                                     |          | 6,33     | 0,09           | 14,25   | 0,72            | 98,28            | 521,36   | 81,29                     | 80,37 | 155,4 | 5,56 | 63,72    | 929,34  | 2,32  | 0,11  | 10,07 |
| Итого за день                                                       |          | 65,61    | 34,48          | 76,60   | 8,64            | 364,96           | 2348,18  | 843,8                     | 333,5 | 1107  | 18,9 | 243,8    | 2180,65 | 16,25 | 0,83  | 49,79 |
|                                                                     |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                     |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                     |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                     |          |          |                |         |                 |                  |          |                           |       |       |      |          |         |       |       |       |

Завпроизводством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра                      (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 06.12.2024 г. школа 7-11 лет

| Наименование блюда                                                   | Выход, г | Белки, г |                | Жиры, г |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал | Минеральные элементы<br>(мг) |       |       |      | Витамины |         |       |       |       |
|----------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------------|---------|-----------------|------------------|-------------|------------------------------|-------|-------|------|----------|---------|-------|-------|-------|
|                                                                      |          | всего    | в т.ч.<br>жив. | всего   | в т.ч.<br>раст. |                  |             | Ca                           | Mg    | P     | Fe   | A,мг     | РЭ,мкг  | ТЭ,мг | B1,мг | C,мг  |
| Завтрак                                                              |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Плов фруктовый №221, сб. 2021                                        | 150      | 4,27     | 0,08           | 11,37   | 0,10            | 53,84            | 324,13      | 39,43                        | 47,71 | 97,95 | 1,23 | 53,1     | 771,66  | 1,3   | 0,05  | 1,56  |
| 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.       | 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     |
| Груша ТК № 5                                                         | 220      | 0,66     | 0,00           | 0,49    | 0,49            | 21,47            | 83,08       | 31,14                        | 19,67 | 26,22 | 3,77 | 0        | 3,28    | 0,66  | 0,03  | 8,19  |
| Итого за 'Завтрак '                                                  |          | 9,85     | 3,12           | 14,94   | 0,85            | 103,71           | 565,13      | 182,4                        | 88,18 | 225,2 | 5,63 | 65,1     | 796,94  | 2,3   | 0,16  | 10,27 |
| обед                                                                 |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |
| Икра свекольная № 47, сб. 2021                                       | 60       | 1,22     | 0,00           | 4,29    | 0,00            | 7,86             | 71,29       | 21,61                        | 14,2  | 29,02 | 0,85 | 0        | 21,31   | 2,26  | 0,02  | 2,1   |
| Суп из овощей №67, сб. 2014 г.                                       | 200      | 1,68     | 0,21           | 4,36    | 0,21            | 10,37            | 85,12       | 24,12                        | 17,01 | 43,32 | 0,62 | 30,88    | 198,58  | 0,18  | 0,06  | 6,83  |
| 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  |
| Картофельное пюре № 146, сб. 2021                                    | 150      | 3,05     | 0,68           | 4,76    | 0,00            | 21,68            | 140,54      | 35,6                         | 28,4  | 83,2  | 1,03 | 21,29    | 43,08   | 0,18  | 0,12  | 10,38 |
| 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.       | 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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2021г. | 40       | 0,32     | 0,00           | 0,06    | 0,06            | 2,04             | 9,48        | 1,72                         | 2,3   | 7,74  | 0,19 | 0        | 0,05    | 0,07  | 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  |
| Итого за 'обед'                                                      |          | 31,91    | 19,90          | 35,81   | 7,00            | 114,85           | 897,95      | 153,5                        | 117,5 | 408,5 | 8,23 | 83,4     | 426,99  | 7,19  | 0,37  | 25,65 |
| Итого за день                                                        |          | 41,76    | 23,02          | 50,75   | 7,85            | 218,56           | 1463,07     | 335,9                        | 205,7 | 633,8 | 13,9 | 148,5    | 1223,92 | 9,49  | 0,53  | 35,92 |
|                                                                      |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                      |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                      |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                      |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                      |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                      |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |
|                                                                      |          |          |                |         |                 |                  |             |                              |       |       |      |          |         |       |       |       |

Завпроизводством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 06.12.2024 г. школа с 12 лет и старше**

[illegible]

Завпроизводством: Р.М. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)