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

МЕНЮ на 07.03.2023г. 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 овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51
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'		**21,06**	**10,87**	**18,93**	**0,72**	**96,06**	**628,51**	**469,7**	**113**	**478,5**	**6,15**	**104,7**	**126,54**	**1,7**	**0,34**	**5,17**
Обед																
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021 г.	200/25	8,53	7,66	9,48	0,14	11,23	160,67	32,71	24.43	103,8	1,72	18,53	202,5	0,36	0,05	6,36
Филе 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
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
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
Итого за 'Обед '		**28,79**	**20,30**	**19,62**	**0,43**	**81,78**	**605,16**	**83,71**	**82,84**	**311,9**	**4,35**	**38,34**	**344,69**	**2,7**	**0,24**	**29,23**
Полдник																
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	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
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 'Полдник'		**3,94**	**0,03**	**6,00**	**0,35**	**45,25**	**244,35**	**61,63**	**23,25**	**41,19**	**0,58**	**0**	**14**	**0,36**	**0,07**	**105,1**
Итого за день		**53,80**	**31,21**	**44,55**	**1,50**	**223,09**	**1478,02**	**615**	**219,1**	**831,5**	**11,1**	**143**	**485,24**	**4,75**	**0,65**	**139,5**

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

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

МЕНЮ на 07.03.2023г. 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 овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	220	8,26	3,10	10,85	0,00	37,55	274,91	153	61,52	230,4	1,75	56,65	62,56	0,79	0,21	0,56
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'		**21,81**	**11,15**	**19,92**	**0,72**	**99,47**	**653,50**	**483,6**	**118,6**	**499,4**	**6,31**	**109,8**	**132,23**	**1,77**	**0,36**	**5,22**
Обед																
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021	250/25	9,29	7,56	11,63	0,00	14,95	196,74	45,39	31,32	121,4	2,14	38,6	253,12	0,41	0,07	7,95
Филе 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
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
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
Итого за 'Обед '		**33,85**	**22,73**	**23,84**	**0,40**	**97,06**	**721,66**	**108,1**	**103,6**	**376,8**	**5,44**	**62,38**	**429,11**	**3,28**	**0,31**	**36,39**
Полдник																
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	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
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 'Полдник'		**3,94**	**0,03**	**6,00**	**0,35**	**45,25**	**244,35**	**61,63**	**23,25**	**41,19**	**0,58**	**0**	**14**	**0,36**	**0,07**	**105,1**
Итого за день		**59,60**	**33,92**	**49,76**	**1,47**	**241,78**	**1619,51**	**653,3**	**245,5**	**917,4**	**12,3**	**172,2**	**575,34**	**5,41**	**0,73**	**146,7**

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

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

МЕНЮ на 07.03.2023г. 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
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	150	5,63	2,11	7,40	0,00	25,60	187,44	104,3	41,95	157,1	1,19	38,63	42,65	0,54	0,15	0,38
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.	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.	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
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		**21,88**	**10,20**	**22,21**	**0,87**	**102,64**	**685,42**	**479,8**	**113,6**	**452**	**3,47**	**91,79**	**126,18**	**1,66**	**0,34**	**105**
Обед																
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021 г.	200/25	8,53	7,66	9,48	0,14	11,23	160,67	32,71	24,43	103,8	1,72	18,53	202,5	0,36	0,05	6,36
Филе 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
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
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
Итого за 'Обед '		**31,60**	**20,30**	**20,04**	**0,85**	**94,25**	**672,29**	**101,9**	**97,63**	**342,4**	**7,46**	**38,34**	**344,65**	**3,19**	**0,3**	**33,23**
Итого за день		**53,48**	**30,50**	**42,25**	**1,72**	**196,89**	**1357,71**	**581,7**	**211,2**	**794,4**	**10,9**	**130,1**	**470,84**	**4,85**	**0,63**	**138,2**

Завпроизводством: _____(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.03.2023г. школа с 12 лет и старше

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.				Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51
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	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
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
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		**23,76**	**10,90**	**24,68**	**0,87**	**111,17**	**747,90**	**514,6**	**127,5**	**504,3**	**3,87**	**104,7**	**140,4**	**1,84**	**0,38**	**105,1**
Обед																
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021	250/25	9,29	7,56	11,63	0,00	14,95	196,74	45,39	31,32	121,4	2,14	38,6	253,12	0,41	0,07	7,95
Филе 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
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
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
Итого за 'Обед '		**37,54**	**22,73**	**24,36**	**0,92**	**115,35**	**816,61**	**128,5**	**121,7**	**415,3**	**8,73**	**62,38**	**429,05**	**3,92**	**0,38**	**40,39**
Итого за день		**61,30**	**33,64**	**49,04**	**1,79**	**226,52**	**1564,51**	**643,1**	**249,2**	**919,6**	**12,6**	**167**	**569,45**	**5,76**	**0,76**	**145,5**

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