

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

**МЕНЮ на 07.11.2023г. 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	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	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
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>13,21</b>	<b>5,86</b>	<b>16,81</b>	<b>1,51</b>	<b>101,08</b>	<b>596,10</b>	<b>272,7</b>	<b>82,06</b>	<b>273</b>	<b>8,73</b>	<b>87,48</b>	<b>128,82</b>	<b>1,51</b>	<b>0,23</b>	<b>23,04</b>	
<b>Обед</b>																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	60	1,12	0,00	4,81	0,00	5,64	67,45	24,11	8,82	21,76	0,41	0	91,8	1,86	0,01	1,47	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68	
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	160	3,25	0,72	5,08	0,00	23,12	149,91	37,97	30,3	88,75	1,1	22,7	45,95	0,19	0,13	11,07	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	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 "</b>		<b>28,69</b>	<b>16,77</b>	<b>28,50</b>	<b>0,12</b>	<b>91,87</b>	<b>720,38</b>	<b>95,4</b>	<b>77,64</b>	<b>300,7</b>	<b>4,69</b>	<b>47,15</b>	<b>535,31</b>	<b>2,95</b>	<b>0,24</b>	<b>16,28</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,73	20,25	12,53	0,15	40,29	353,95	156,7	24,17	206,5	0,83	58,57	111,86	0,55	0,04	0,14	
Чай №300, сб. 2021	180	0,07	0,00	0,02	0,02	0,05	0,54	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>20,80</b>	<b>20,25</b>	<b>12,55</b>	<b>0,17</b>	<b>40,34</b>	<b>354,49</b>	<b>156,7</b>	<b>24,17</b>	<b>206,5</b>	<b>0,83</b>	<b>58,57</b>	<b>111,86</b>	<b>0,55</b>	<b>0,04</b>	<b>0,14</b>	
<b>Ужин</b>																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	60	0,71	0,00	5,33	0,00	7,21	76,63	14,9	17	28,54	0,36	0	960	2,85	0,02	1,32	
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	11,42	5,33	17,04	0,00	38,53	353,82	211,6	19,4	168,2	1,01	120,7	134,67	1,09	0,08	0,14	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	10,49	40,64	4,75	1,7	3	0,07	0	1,2	0,03	0	3,6	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>14,32</b>	<b>5,33</b>	<b>22,66</b>	<b>0,29</b>	<b>69,71</b>	<b>535,25</b>	<b>237,2</b>	<b>46,72</b>	<b>222,5</b>	<b>1,96</b>	<b>120,7</b>	<b>1095,87</b>	<b>4,32</b>	<b>0,15</b>	<b>5,06</b>	
<b>второй ужин</b>																	
йогурт №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	
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>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>83,86</b>	<b>52,46</b>	<b>85,55</b>	<b>2,42</b>	<b>325,74</b>	<b>2372,11</b>	<b>946</b>	<b>261,9</b>	<b>1171</b>	<b>17</b>	<b>343,3</b>	<b>1904,86</b>	<b>9,76</b>	<b>0,76</b>	<b>45,56</b>	

Зав.производством:

*Zat*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*z*

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 07.11.2023г. 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																	
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
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>13,21</b>	<b>5,86</b>	<b>16,81</b>	<b>1,51</b>	<b>101,08</b>	<b>596,10</b>	<b>272,7</b>	<b>82,06</b>	<b>273</b>	<b>8,73</b>	<b>87,48</b>	<b>128,82</b>	<b>1,51</b>	<b>0,23</b>	<b>23,04</b>	
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,49	0,00	6,41	0,00	7,52	89,93	32,14	11,76	29,01	0,55	0	122,4	2,48	0,01	1,96	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07	
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.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	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 "</b>		<b>30,32</b>	<b>16,92</b>	<b>31,32</b>	<b>0,18</b>	<b>102,16</b>	<b>791,50</b>	<b>112,9</b>	<b>90,21</b>	<b>336,9</b>	<b>5,31</b>	<b>54,19</b>	<b>616,57</b>	<b>3,73</b>	<b>0,29</b>	<b>19,08</b>	
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	200/20	27,64	27,00	16,71	0,20	53,72	471,93	209	32,22	275,3	1,11	78,09	149,15	0,73	0,06	0,19	
Чай №300, сб. 2021	180	0,07	0,00	0,02	0,02	0,05	0,54	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за "</b>		<b>27,71</b>	<b>27,00</b>	<b>16,73</b>	<b>0,22</b>	<b>53,77</b>	<b>472,47</b>	<b>209</b>	<b>32,22</b>	<b>275,3</b>	<b>1,11</b>	<b>78,09</b>	<b>149,15</b>	<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>0,19</b>	
Ужин																	
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	220	12,56	5,86	18,74	0,00	42,38	389,20	232,7	21,34	185	1,11	132,7	148,13	1,2	0,08	0,15	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	10,49	40,64	4,75	1,7	3	0,07	0	1,2	0,03	0	3,6	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>18,00</b>	<b>5,86</b>	<b>28,18</b>	<b>0,55</b>	<b>91,85</b>	<b>685,88</b>	<b>274,4</b>	<b>68,62</b>	<b>281,1</b>	<b>2,82</b>	<b>132,7</b>	<b>1749,33</b>	<b>6,67</b>	<b>0,21</b>	<b>5,95</b>	
второй ужин																	
йогурт №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	
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>95,90</b>	<b>60,75</b>	<b>98,88</b>	<b>2,66</b>	<b>366,03</b>	<b>2696,90</b>	<b>1085</b>	<b>304,3</b>	<b>1351</b>	<b>18,5</b>	<b>387,8</b>	<b>2683,47</b>	<b>12,9</b>	<b>0,87</b>	<b>49,5</b>	

Завпроизводством:

*Лет*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Жд*

(Кузьмина О.В.)

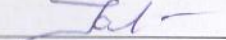



Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 07.11.2023г. 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		
Завтрак																	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>17,37</b>	<b>7,69</b>	<b>19,58</b>	<b>1,11</b>	<b>90,13</b>	<b>597,37</b>	<b>336,8</b>	<b>67,65</b>	<b>297,3</b>	<b>6,22</b>	<b>120,6</b>	<b>152,27</b>	<b>1,87</b>	<b>0,22</b>	<b>18,65</b>	
Обед																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,49	0,00	6,41	0,00	7,52	89,93	32,14	11,76	29,01	0,55	0	122,4	2,48	0,01	1,96	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07	
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.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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>33,01</b>	<b>16,92</b>	<b>31,64</b>	<b>0,49</b>	<b>119,83</b>	<b>875,89</b>	<b>119,8</b>	<b>100,3</b>	<b>361,4</b>	<b>5,86</b>	<b>54,19</b>	<b>616,51</b>	<b>4,16</b>	<b>0,34</b>	<b>19,08</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>50,38</b>	<b>24,62</b>	<b>51,22</b>	<b>1,61</b>	<b>209,96</b>	<b>1473,26</b>	<b>456,6</b>	<b>167,9</b>	<b>658,6</b>	<b>12,1</b>	<b>174,8</b>	<b>768,78</b>	<b>6,03</b>	<b>0,55</b>	<b>37,72</b>	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)