

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



**МЕНЮ на 08.11.2022г. 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	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	4,03	2,91	4,33	0,40	14,10	110,35	108,7	20,85	102,9	0,38	17,66	32,81	0,05	0,07	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	
Яйца вареные. № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
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>23,45</b>	<b>17,38</b>	<b>18,76</b>	<b>1,12</b>	<b>76,88</b>	<b>564,96</b>	<b>462,3</b>	<b>74,67</b>	<b>448,1</b>	<b>5,64</b>	<b>200,8</b>	<b>237,61</b>	<b>1,34</b>	<b>0,23</b>	<b>5,18</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,62	0,00	3,77	0,00	3,84	50,43	12	9,66	20,48	0,45	0	46,02	0,27	0,02	4,56	
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200/10	1,87	0,20	4,41	0,08	11,84	92,13	25,57	14,35	51,32	0,53	7,2	174,12	1,62	0,04	6,41	
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13	
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>24,18</b>	<b>17,29</b>	<b>35,04</b>	<b>9,64</b>	<b>77,29</b>	<b>703,26</b>	<b>121,6</b>	<b>99,73</b>	<b>373,3</b>	<b>5,66</b>	<b>28,49</b>	<b>388,93</b>	<b>7,74</b>	<b>0,26</b>	<b>22,68</b>	
<b>Полдник</b>																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>28,98</b>	<b>26,03</b>	<b>20,36</b>	<b>0,00</b>	<b>68,67</b>	<b>569,07</b>	<b>285,2</b>	<b>44,49</b>	<b>340,9</b>	<b>1,62</b>	<b>126,6</b>	<b>146,83</b>	<b>0,92</b>	<b>0,1</b>	<b>1,56</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	80	1,04	0,00	4,63	0,00	14,22	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52	
Рыба припущенная №79, сб.2021	90	16,63	16,54	2,20	0,00	0,74	88,83	24,71	28,43	161,9	0,62	8,3	83,07	0,46	0,1	0,16	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	150	2,89	0,02	3,59	0,57	23,92	138,40	14,05	31,3	79,63	1,23	21,59	28,43	0,19	0,13	6,05	
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	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>24,82</b>	<b>16,56</b>	<b>10,97</b>	<b>1,13</b>	<b>85,41</b>	<b>527,83</b>	<b>75,02</b>	<b>89,94</b>	<b>312,1</b>	<b>3,71</b>	<b>29,89</b>	<b>114</b>	<b>3,73</b>	<b>0,32</b>	<b>10,34</b>	
<b>Перед сном</b>																	
Йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'Перед сном'</b>		<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>0,00</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,3</b>	<b>22,05</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>107,45</b>	<b>83,29</b>	<b>87,34</b>	<b>11,89</b>	<b>316,92</b>	<b>2446,88</b>	<b>1126</b>	<b>330,9</b>	<b>1614</b>	<b>16,8</b>	<b>400,5</b>	<b>902,37</b>	<b>13,73</b>	<b>0,95</b>	<b>40,63</b>	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 08.11.2022г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	5,04	3,64	5,41	0,50	17,63	137,94	135,9	26,06	128,6	0,47	22,08	41,01	0,07	0,08	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	
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
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>24,46</b>	<b>18,11</b>	<b>19,84</b>	<b>1,22</b>	<b>80,40</b>	<b>592,54</b>	<b>489,5</b>	<b>79,88</b>	<b>473,8</b>	<b>5,74</b>	<b>205,2</b>	<b>245,81</b>	<b>1,35</b>	<b>0,25</b>	<b>5,31</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,78	0,00	4,71	0,00	4,80	63,04	15,01	12,07	25,6	0,56	0	57,53	0,34	0,03	5,7	
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	250/10	2,55	0,25	5,71	0,33	14,39	116,83	31	21,68	56,32	0,74	9	217,95	1,95	0,07	8,01	
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46	
Компот из кураги №310, сб.2021	250	1,25	0,00	0,07	0,07	40,71	154,37	38,36	23,69	31,57	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,16	
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>26,19</b>	<b>17,48</b>	<b>38,31</b>	<b>10,07</b>	<b>95,32</b>	<b>809,04</b>	<b>146,6</b>	<b>122,2</b>	<b>414,1</b>	<b>6,54</b>	<b>34,54</b>	<b>482,08</b>	<b>8,52</b>	<b>0,33</b>	<b>27,53</b>	
<b>Полдник</b>																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	180/20	33,98	30,63	23,85	0,00	52,04	558,98	330,6	50,04	398,2	1,27	148,9	171,27	1,03	0,12	0,66	
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>34,07</b>	<b>30,63</b>	<b>23,94</b>	<b>0,00</b>	<b>76,47</b>	<b>652,92</b>	<b>334,7</b>	<b>51,99</b>	<b>400,6</b>	<b>1,81</b>	<b>148,9</b>	<b>172,52</b>	<b>1,08</b>	<b>0,12</b>	<b>1,66</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	100	1,31	0,00	5,78	0,00	17,77	121,42	24,03	14,07	27,62	0,9	0	1,63	2,94	0,01	0,65	
Рыба припущенная №79, сб.2021	120	22,17	22,05	2,94	0,00	0,98	118,44	32,94	37,91	215,8	0,83	11,07	110,76	0,62	0,13	0,22	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	28,70	166,08	16,86	37,56	95,55	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>32,23</b>	<b>22,07</b>	<b>13,71</b>	<b>1,37</b>	<b>100,74</b>	<b>641,48</b>	<b>93,87</b>	<b>112,8</b>	<b>398,8</b>	<b>4,61</b>	<b>36,97</b>	<b>147,71</b>	<b>4,68</b>	<b>0,4</b>	<b>11,73</b>	
<b>Перед сном</b>																	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
<b>Итого за 'Перед сном'</b>		<b>7,23</b>	<b>7,23</b>	<b>2,65</b>	<b>0,00</b>	<b>10,41</b>	<b>98,11</b>	<b>218,7</b>	<b>26,46</b>	<b>167,6</b>	<b>0,18</b>	<b>17,64</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,06</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>124,18</b>	<b>95,52</b>	<b>98,44</b>	<b>12,66</b>	<b>363,34</b>	<b>2794,10</b>	<b>1283</b>	<b>393,3</b>	<b>1855</b>	<b>18,9</b>	<b>443,3</b>	<b>1066,11</b>	<b>15,63</b>	<b>1,15</b>	<b>47,28</b>	

Завпроизводством:

*[Signature]*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*[Signature]*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 08.11.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	4,03	2,91	4,33	0,40	14,10	110,35	108,7	20,85	102,9	0,38	17,66	32,81	0,05	0,07	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.	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		
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,20</b>	<b>17,13</b>	<b>15,08</b>	<b>0,92</b>	<b>64,66</b>	<b>482,91</b>	<b>604,9</b>	<b>83,1</b>	<b>483,9</b>	<b>1,82</b>	<b>85,52</b>	<b>117,41</b>	<b>0,83</b>	<b>0,23</b>	<b>2,06</b>		
Обед																		
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,81	0,00	3,80	0,06	4,51	53,68	27,7	14,53	26,95	0,56	0	106,02	0,41	0,02	7,76		
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200/10	1,87	0,20	4,41	0,00	11,84	92,13	25,57	14,35	51,32	0,53	7,2	174,12	1,62	0,04	6,41		
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38		
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13		
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>26,17</b>	<b>17,29</b>	<b>35,29</b>	<b>9,83</b>	<b>89,80</b>	<b>763,08</b>	<b>142</b>	<b>111,4</b>	<b>396,3</b>	<b>6,14</b>	<b>28,49</b>	<b>448,89</b>	<b>8,17</b>	<b>0,3</b>	<b>25,88</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>48,37</b>	<b>34,43</b>	<b>50,37</b>	<b>10,75</b>	<b>154,46</b>	<b>1245,99</b>	<b>746,8</b>	<b>194,5</b>	<b>880,3</b>	<b>7,96</b>	<b>114</b>	<b>566,29</b>	<b>9</b>	<b>0,52</b>	<b>27,94</b>		

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 08.11.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	5,04	3,64	5,41	0,50	17,63	137,94	135,9	26,06	128,6	0,47	22,08	41,01	0,07	0,08	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	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	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>24,42</b>	<b>19,07</b>	<b>16,61</b>	<b>1,02</b>	<b>69,92</b>	<b>526,85</b>	<b>668,5</b>	<b>92,72</b>	<b>537,6</b>	<b>1,94</b>	<b>92,88</b>	<b>128,61</b>	<b>0,84</b>	<b>0,25</b>	<b>2,37</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	1,02	0,00	4,76	0,07	5,63	67,09	34,63	18,16	33,69	0,7	0	132,53	0,51	0,03	9,7	
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	250/10	2,55	0,25	5,71	0,33	14,39	116,83	31	21,68	56,32	0,74	9	217,95	1,95	0,07	8,01	
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46	
Компот из кураги №310, сб.2021	250	1,25	0,00	0,07	0,07	40,71	154,37	38,36	23,69	31,57	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,16	
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>29,12</b>	<b>17,48</b>	<b>38,67</b>	<b>10,45</b>	<b>113,82</b>	<b>897,48</b>	<b>173,1</b>	<b>138,4</b>	<b>446,7</b>	<b>7,23</b>	<b>34,54</b>	<b>557,02</b>	<b>9,12</b>	<b>0,39</b>	<b>31,53</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>53,53</b>	<b>36,55</b>	<b>55,27</b>	<b>11,47</b>	<b>183,74</b>	<b>1424,33</b>	<b>841,5</b>	<b>231,1</b>	<b>984,2</b>	<b>9,17</b>	<b>127,4</b>	<b>685,63</b>	<b>9,96</b>	<b>0,64</b>	<b>33,89</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)