

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

**МЕНЮ на 08.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Каша из смеси круп молочная жидкая №212, сб.2021	200	7,62	2,82	9,19	0,00	32,28	237,02	134,4	59,73	212,9	1,75	51,55	57,11	0,62	0,17	0,51		
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		
Хлеб пшеничный "Снежный2" 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		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,46</b>	<b>9,42</b>	<b>16,58</b>	<b>0,72</b>	<b>91,20</b>	<b>582,94</b>	<b>409,5</b>	<b>101,8</b>	<b>429,1</b>	<b>5,8</b>	<b>98,71</b>	<b>115,71</b>	<b>1,59</b>	<b>0,29</b>	<b>4,91</b>		
Обед																		
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01		
Суп картофельный с консервами с пшеном, № 71 сб.2021	200	6,97	0,01	7,73	0,52	20,17	176,29	14,8	27,65	68,34	1,04	11,33	175,4	0,17	0,12	7,71		
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06		
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		
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,17	0,00	0,12	0,14	27,18	103,71	8,19	4,72	6,29	0,97	0	0,9	0,18	0,01	0,9		
Хлеб ржано-пшеничный "Снежный2" 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>27,05</b>	<b>14,39</b>	<b>37,55</b>	<b>13,69</b>	<b>89,69</b>	<b>783,71</b>	<b>133,1</b>	<b>102,5</b>	<b>319,5</b>	<b>5,05</b>	<b>29,33</b>	<b>601,53</b>	<b>13,14</b>	<b>0,28</b>	<b>42,58</b>		
Поддиск																		
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		
вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0		
<b>Итого за 'Поддиск'</b>		<b>4,79</b>	<b>2,90</b>	<b>4,79</b>	<b>0,67</b>	<b>57,96</b>	<b>280,19</b>	<b>140,3</b>	<b>39,17</b>	<b>121,3</b>	<b>4,72</b>	<b>12,6</b>	<b>31,37</b>	<b>0,55</b>	<b>0,09</b>	<b>17,32</b>		
Ужин																		
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		
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		
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		
Хлеб пшеничный "Снежный2" 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		
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	180	0,00	0,00	0,00	0,00	17,98	68,33	0,43	0	0	0,05	0	0	0	0	0		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>16,74</b>	<b>6,36</b>	<b>24,14</b>	<b>0,64</b>	<b>117,71</b>	<b>734,23</b>	<b>107,1</b>	<b>94,31</b>	<b>281,9</b>	<b>4,59</b>	<b>193,7</b>	<b>1082,5</b>	<b>4,82</b>	<b>0,19</b>	<b>3,97</b>		
перед сном																		
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26		
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>5,22</b>	<b>5,22</b>	<b>5,75</b>	<b>0,00</b>	<b>7,19</b>	<b>104,84</b>	<b>215,8</b>	<b>25,18</b>	<b>170,8</b>	<b>0,18</b>	<b>35,97</b>	<b>40,37</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,26</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>73,24</b>	<b>38,30</b>	<b>88,82</b>	<b>15,72</b>	<b>363,76</b>	<b>2485,90</b>	<b>1006</b>	<b>363</b>	<b>1323</b>	<b>20,3</b>	<b>370,3</b>	<b>1871,49</b>	<b>20,11</b>	<b>0,91</b>	<b>70,04</b>		
Каша из смеси круп молочная жидкая №212, сб.2021	200	7,62	2,82	9,19	0,00	32,28	237,02	134,4	59,73	212,9	1,75	51,55	57,11	0,62	0,17	0,51		

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра


(Кузьмина О.В.)

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


**МЕНЮ на 08.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	P,мг	T,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша из смеси круп молочная жидкая №212, сб.2021	220	8,38	3,10	10,11	0,00	35,51	260,72	147,8	65,7	234,2	1,93	56,7	62,82	0,68	0,19	0,56	
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	
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	
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>20,22</b>	<b>9,71</b>	<b>17,50</b>	<b>0,72</b>	<b>94,43</b>	<b>606,64</b>	<b>422,9</b>	<b>107,8</b>	<b>450,4</b>	<b>5,98</b>	<b>103,9</b>	<b>121,42</b>	<b>1,66</b>	<b>0,31</b>	<b>4,96</b>	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Суп картофельный с консервами с пшеном . № 71 сб.2021	250	8,71	0,01	9,66	0,65	25,21	220,36	18,5	34,56	85,43	1,3	14,16	219,25	0,22	0,15	9,64	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
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	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,17	0,00	0,12	0,14	27,18	103,71	8,19	4,72	6,29	0,97	0	0,9	0,18	0,01	0,9	
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>29,79</b>	<b>14,40</b>	<b>40,50</b>	<b>13,88</b>	<b>100,23</b>	<b>860,93</b>	<b>153,7</b>	<b>117,2</b>	<b>355,2</b>	<b>5,71</b>	<b>32,16</b>	<b>660,63</b>	<b>13,77</b>	<b>0,33</b>	<b>50,88</b>	
Полдник																	
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	
вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0	
<b>Итого за "Полдник"</b>		<b>4,11</b>	<b>2,90</b>	<b>4,12</b>	<b>0,00</b>	<b>38,47</b>	<b>198,41</b>	<b>113,4</b>	<b>24,05</b>	<b>102,8</b>	<b>1,02</b>	<b>12,6</b>	<b>22,97</b>	<b>0,22</b>	<b>0,04</b>	<b>0,52</b>	
Ужин																	
Икра свекольная № 47, сб. 2021	80	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	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	200	5,69	0,10	15,16	0,13	71,79	432,17	52,57	63,61	130,6	1,64	70,8	1028,88	1,73	0,07	2,08	
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	
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	
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	
<b>Итого за "Ужин"</b>		<b>17,71</b>	<b>6,37</b>	<b>27,08</b>	<b>0,65</b>	<b>129,50</b>	<b>808,80</b>	<b>119,6</b>	<b>105,4</b>	<b>304,6</b>	<b>5,04</b>	<b>200,8</b>	<b>1192,49</b>	<b>5,75</b>	<b>0,2</b>	<b>4,88</b>	
перед сном																	
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51	
<b>Итого за "перед сном"</b>		<b>6,26</b>	<b>6,26</b>	<b>6,91</b>	<b>0,00</b>	<b>8,63</b>	<b>125,81</b>	<b>259</b>	<b>30,21</b>	<b>205</b>	<b>0,22</b>	<b>43,16</b>	<b>48,44</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,51</b>	
<b>Итого за день.</b>		<b>78,09</b>	<b>39,63</b>	<b>96,11</b>	<b>15,25</b>	<b>371,27</b>	<b>2600,59</b>	<b>1069</b>	<b>384,7</b>	<b>1418</b>	<b>18</b>	<b>392,6</b>	<b>2045,97</b>	<b>21,39</b>	<b>0,95</b>	<b>62,76</b>	

Защитил подписью:

 (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

 (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 08.12.2022г. школа 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углев- 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша из смеси круп молочная жидкая №212, сб.2021	210	8,00	2,96	9,65	0,00	33,89	248,87	141,1	62,71	223,6	1,84	54,12	59,97	0,65	0,18	0,54	
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	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,51</b>	<b>9,57</b>	<b>17,51</b>	<b>1,19</b>	<b>91,71</b>	<b>590,09</b>	<b>429,1</b>	<b>112</b>	<b>444,3</b>	<b>6,79</b>	<b>101,3</b>	<b>126,97</b>	<b>1,76</b>	<b>0,33</b>	<b>17,73</b>	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Суп картофельный с консервами с пшеном , № 71 сб.2021	200	6,97	0,01	7,73	0,52	20,17	176,29	14,8	27,65	68,34	1,04	11,33	175,4	0,17	0,12	7,71	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
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	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	180	0,15	0,00	0,11	0,12	24,46	93,34	7,37	4,25	5,66	0,87	0	0,81	0,16	0,01	0,81	
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>28,84</b>	<b>14,39</b>	<b>37,75</b>	<b>13,89</b>	<b>98,82</b>	<b>829,91</b>	<b>136,9</b>	<b>108,8</b>	<b>335,4</b>	<b>5,32</b>	<b>29,33</b>	<b>601,4</b>	<b>13,42</b>	<b>0,32</b>	<b>42,49</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>48,35</b>	<b>23,96</b>	<b>55,26</b>	<b>15,08</b>	<b>190,53</b>	<b>1420,00</b>	<b>566</b>	<b>220,8</b>	<b>779,6</b>	<b>12,1</b>	<b>130,6</b>	<b>728,37</b>	<b>15,18</b>	<b>0,65</b>	<b>60,22</b>	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 08.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша из смеси круп молочная жидкая №212, сб.2021	220	8,38	3,10	10,11	0,00	35,51	260,72	147,8	65,7	234,2	1,93	56,7	62,82	0,68	0,19	0,56	
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	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,22</b>	<b>9,71</b>	<b>17,30</b>	<b>0,52</b>	<b>73,83</b>	<b>520,16</b>	<b>408,9</b>	<b>99,82</b>	<b>436,4</b>	<b>3,18</b>	<b>103,9</b>	<b>121,42</b>	<b>1,46</b>	<b>0,29</b>	<b>0,96</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Суп картофельный с консервами с пшеном , № 71 сб.2021	250	8,71	0,01	9,66	0,65	25,21	220,36	18,5	34,56	85,43	1,3	14,16	219,25	0,22	0,15	9,64	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
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	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	180	0,15	0,00	0,11	0,12	24,46	93,34	7,37	4,25	5,66	0,87	0	0,81	0,16	0,01	0,81	
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>31,79</b>	<b>14,40</b>	<b>39,84</b>	<b>14,18</b>	<b>111,73</b>	<b>911,27</b>	<b>144,5</b>	<b>121,3</b>	<b>368,1</b>	<b>5,95</b>	<b>32,16</b>	<b>645,28</b>	<b>13,67</b>	<b>0,37</b>	<b>44,41</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>51,01</b>	<b>24,10</b>	<b>57,14</b>	<b>14,70</b>	<b>185,56</b>	<b>1431,43</b>	<b>553,4</b>	<b>221,1</b>	<b>804,5</b>	<b>9,13</b>	<b>136</b>	<b>766,7</b>	<b>15,13</b>	<b>0,66</b>	<b>45,37</b>	

Запроизводством:

*Хурматуллина Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Кузьмина О.В.*

(Кузьмина О.В.)