

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



**МЕНЮ на 09.01.2024г. 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	210	3,70	3,05	4,29	0,00	15,57	114,77	112	18,27	98,94	0,21	18,55	34,07	0,07	0,04	0,55	
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	
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>12,67</b>	<b>6,00</b>	<b>16,29</b>	<b>0,79</b>	<b>80,95</b>	<b>513,94</b>	<b>249,3</b>	<b>66,73</b>	<b>257,9</b>	<b>4,78</b>	<b>88,37</b>	<b>121,44</b>	<b>1,15</b>	<b>0,18</b>	<b>5,07</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43	
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	200	9,39	7,55	8,40	0,16	13,87	167,29	15,52	22,55	110,4	1,67	16,8	179,46	0,4	0,08	3,68	
Филе минтая или 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	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	150	4,09	0,00	6,63	0,87	35,03	214,34	19,26	43,54	109,9	1,71	0	6,58	3,15	0,19	17,4	
Напиток яблочный №312, сб. 2021	200	0,19	0,00	0,18	0,00	14,36	56,74	7,3	3,92	4,79	0,98	0	2,5	0,1	0,01	2	
Хлеб пшеничный "Уныш" №2, сб.2021г.	80	5,96	0,00	0,71	0,71	36,77	180,35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>34,43</b>	<b>20,18</b>	<b>25,86</b>	<b>1,75</b>	<b>117,43</b>	<b>828,00</b>	<b>94,43</b>	<b>123,9</b>	<b>399,3</b>	<b>5,93</b>	<b>22,26</b>	<b>877,16</b>	<b>4,68</b>	<b>0,39</b>	<b>32,38</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,67	20,25	12,53	0,15	31,28	319,60	154,9	23,26	205,3	0,66	58,57	111,86	0,55	0,04	0,11	
Кисломолочный продукт №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>26,36</b>	<b>25,93</b>	<b>18,81</b>	<b>0,15</b>	<b>39,12</b>	<b>433,87</b>	<b>390,1</b>	<b>50,7</b>	<b>391,5</b>	<b>0,86</b>	<b>97,77</b>	<b>155,86</b>	<b>0,55</b>	<b>0,1</b>	<b>1,49</b>	
<b>Ужин</b>																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	70	0,82	0,00	6,22	0,00	8,41	89,40	17,39	19,83	33,29	0,42	0	1120	3,33	0,03	1,54	
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,81	5,32	15,87	0,00	34,67	325,45	210,4	18,56	163,4	0,92	112,8	125,96	0,99	0,07	0,14	
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	
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>14,34</b>	<b>5,32</b>	<b>22,44</b>	<b>0,36</b>	<b>79,51</b>	<b>570,20</b>	<b>240,3</b>	<b>50,87</b>	<b>228,1</b>	<b>2,09</b>	<b>112,8</b>	<b>1247,16</b>	<b>4,78</b>	<b>0,15</b>	<b>5,28</b>	
<b>второй ужин</b>																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>5,74</b>	<b>6,11</b>	<b>5,93</b>	<b>0,00</b>	<b>9,01</b>	<b>111,25</b>	<b>222,5</b>	<b>25,66</b>	<b>165</b>	<b>0,18</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>93,53</b>	<b>63,54</b>	<b>89,33</b>	<b>3,05</b>	<b>326,02</b>	<b>2457,26</b>	<b>1197</b>	<b>317,8</b>	<b>1442</b>	<b>13,8</b>	<b>346,5</b>	<b>2447,98</b>	<b>11,15</b>	<b>0,88</b>	<b>45,31</b>	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)



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

**МЕНЮ на 09.01.2024г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65	
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.	100/10	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	
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>13,37</b>	<b>6,58</b>	<b>17,11</b>	<b>0,79</b>	<b>83,91</b>	<b>535,80</b>	<b>270,6</b>	<b>70,21</b>	<b>276,8</b>	<b>4,82</b>	<b>91,9</b>	<b>127,93</b>	<b>1,17</b>	<b>0,19</b>	<b>5,17</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	100	1,71	0,00	4,52	0,00	11,52	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05	8,04	
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	250	9,91	7,61	8,92	0,20	17,34	187,63	18,53	26,09	120,5	1,82	21	224,33	0,46	0,1	4,6	
Филе минтая или 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	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88	
Напиток яблочный №312, сб. 2021	200	0,19	0,00	0,18	0,00	14,36	56,74	7,3	3,92	4,79	0,98	0	2,5	0,1	0,01	2	
Хлеб пшеничный "Уныш" №2, сб.2021г.	120	8,94	0,00	1,06	1,06	55,15	270,53	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>41,77</b>	<b>22,76</b>	<b>30,23</b>	<b>2,32</b>	<b>150,22</b>	<b>1026,71</b>	<b>113</b>	<b>148</b>	<b>468,3</b>	<b>6,78</b>	<b>27,55</b>	<b>1095,04</b>	<b>5,58</b>	<b>0,46</b>	<b>38,96</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	200	25,06	24,54	15,19	0,19	37,92	387,39	187,7	28,19	248,9	0,8	70,99	135,59	0,66	0,05	0,14	
Кисломолочный продукт №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>30,74</b>	<b>30,23</b>	<b>21,46</b>	<b>0,19</b>	<b>45,76</b>	<b>501,66</b>	<b>422,9</b>	<b>55,63</b>	<b>435,1</b>	<b>1</b>	<b>110,2</b>	<b>179,59</b>	<b>0,66</b>	<b>0,11</b>	<b>1,51</b>	
<b>Ужин</b>																	
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	200	12,01	5,91	17,63	0,00	38,53	361,61	233,8	20,62	181,5	1,02	125,3	139,96	1,1	0,08	0,16	
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>18,47</b>	<b>5,91</b>	<b>27,20</b>	<b>0,68</b>	<b>103,82</b>	<b>724,87</b>	<b>278,7</b>	<b>72,21</b>	<b>288,9</b>	<b>3,03</b>	<b>125,3</b>	<b>1741,16</b>	<b>6,74</b>	<b>0,22</b>	<b>5,96</b>	
<b>второй ужин</b>																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>5,74</b>	<b>6,11</b>	<b>5,93</b>	<b>0,00</b>	<b>9,01</b>	<b>111,25</b>	<b>222,5</b>	<b>25,66</b>	<b>165</b>	<b>0,18</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>110,10</b>	<b>71,60</b>	<b>101,94</b>	<b>3,98</b>	<b>392,73</b>	<b>2900,30</b>	<b>1308</b>	<b>371,7</b>	<b>1634</b>	<b>15,8</b>	<b>380,3</b>	<b>3190,07</b>	<b>14,16</b>	<b>1,05</b>	<b>52,69</b>	

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)







Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 09.01.2024г. 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,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																	
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	
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	
Кисломолочный продукт №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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>24,51</b>	<b>13,39</b>	<b>34,49</b>	<b>0,59</b>	<b>90,35</b>	<b>769,35</b>	<b>546,5</b>	<b>84,55</b>	<b>480,8</b>	<b>2,95</b>	<b>225,8</b>	<b>261,64</b>	<b>1,98</b>	<b>0,25</b>	<b>1,89</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	100	1,71	0,00	4,52	0,00	11,52	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05	8,04	
Суп картофельный с клецками с мясом №64, сб.2021	250	9,91	7,61	8,92	0,20	17,34	187,63	18,53	26,09	120,5	1,82	21	224,33	0,46	0,1	4,6	
Филе минтая или 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	
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88	
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 подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	70	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>41,96</b>	<b>22,76</b>	<b>30,21</b>	<b>2,47</b>	<b>153,71</b>	<b>1039,97</b>	<b>128,7</b>	<b>165,1</b>	<b>511,6</b>	<b>9,39</b>	<b>27,55</b>	<b>1092,54</b>	<b>6,2</b>	<b>0,54</b>	<b>40,96</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>66,46</b>	<b>36,15</b>	<b>64,70</b>	<b>3,06</b>	<b>244,06</b>	<b>1809,32</b>	<b>675,3</b>	<b>249,6</b>	<b>992,4</b>	<b>12,3</b>	<b>253,3</b>	<b>1354,18</b>	<b>8,18</b>	<b>0,79</b>	<b>42,86</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)