

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



**МЕНЮ на 09.02.2024г. 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		
Завтрак																		
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2		
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		
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		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>29,51</b>	<b>22,34</b>	<b>27,38</b>	<b>0,52</b>	<b>75,63</b>	<b>666,37</b>	<b>670</b>	<b>104,8</b>	<b>634,7</b>	<b>3,49</b>	<b>271,8</b>	<b>304,11</b>	<b>1,31</b>	<b>0,31</b>	<b>2,1</b>		
Обед																		
Салат из моркови с изюмом №18	80	0,94	0,00	0,06	0,00	16,15	63,15	15,99	22,34	32,34	0,42	0	1200	0,24	0,04	2,94		
Борщ "Краснодарский" №211, сб.Онищенко Г.Г.	200	2,03	0,21	4,32	0,06	14,76	100,45	40,95	22,96	50,24	1,18	30,88	234,11	0,31	0,05	17,08		
Плов из курицы №138, сб.2021	250	22,80	19,66	29,00	0,00	42,40	521,09	25,01	46,94	212	2,08	25,2	368,6	9,05	0,07	0,76		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18		
Хлеб подовый "Уньш" №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>27,64</b>	<b>19,87</b>	<b>33,62</b>	<b>0,30</b>	<b>116,31</b>	<b>852,29</b>	<b>123,6</b>	<b>125</b>	<b>342,5</b>	<b>5,01</b>	<b>56,08</b>	<b>1920,41</b>	<b>11,02</b>	<b>0,19</b>	<b>20,96</b>		
Полдник																		
Пирожки печеные с яблоками №263, сб.2021	100	6,07	1,12	5,28	0,00	46,10	252,15	18,93	10,98	57,87	1,42	27,97	5,2	0,18	0,08	1,39		
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		
апельсин сб.2021г.	230	1,71	0,00	0,38	0,38	19,54	84,40	64,52	24,67	43,64	0,57	0	15,18	0,38	0,08	113,9		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,02</b>	<b>1,12</b>	<b>5,71</b>	<b>0,38</b>	<b>75,18</b>	<b>375,02</b>	<b>86,17</b>	<b>36,38</b>	<b>102,9</b>	<b>2,05</b>	<b>27,97</b>	<b>20,52</b>	<b>0,57</b>	<b>0,15</b>	<b>116,4</b>		
Ужин																		
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №88, сб.Онищенко Г.Г.	60	1,36	0,49	3,04	0,14	6,30	56,53	9,81	12,38	31,37	0,44	5,76	376,2	1,4	0,04	2,49		
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2021	200	19,60	14,36	17,72	0,00	28,60	343,63	152,7	57,93	237,8	2,42	83,77	113,29	0,65	0,11	28,01		
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		
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>24,98</b>	<b>16,29</b>	<b>22,65</b>	<b>0,49</b>	<b>53,95</b>	<b>508,54</b>	<b>222,9</b>	<b>87,18</b>	<b>336,8</b>	<b>3,56</b>	<b>98,53</b>	<b>505,99</b>	<b>2,53</b>	<b>0,21</b>	<b>30,76</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>90,14</b>	<b>59,62</b>	<b>89,35</b>	<b>1,69</b>	<b>321,07</b>	<b>2402,23</b>	<b>1103</b>	<b>353,3</b>	<b>1417</b>	<b>14,1</b>	<b>454,4</b>	<b>2751,03</b>	<b>15,43</b>	<b>0,87</b>	<b>170,2</b>		

Зав.производством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)





