

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



**МЕНЮ на 10.04.2023г. 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>  |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |              |             |              |  |
| Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.                                       | 200      | 7,51         | 2,81         | 10,15        | 2,33         | 34,14         | 252,51         | 139,1                     | 55,93        | 209,4        | 1,59        | 61,31        | 67,66          | 0,81         | 0,2         | 0,51         |  |
| 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         |  |
| Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г. | 90/10    | 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>13,45</b> | <b>2,86</b>  | <b>19,07</b> | <b>3,11</b>  | <b>94,69</b>  | <b>595,08</b>  | <b>170,5</b>              | <b>84,06</b> | <b>277,8</b> | <b>5,65</b> | <b>119,1</b> | <b>133,1</b>   | <b>1,91</b>  | <b>0,31</b> | <b>5,63</b>  |  |
| <b>Обед</b>   |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |              |             |              |  |
| огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021  | 60       | 0,48         | 0,00         | 0,06         | 0,06         | 2,10          | 9,56           | 13,8                      | 8,4          | 25,2         | 0,36        | 0            | 6              | 0,06         | 0,02        | 6            |  |
| Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г.                             | 200/25   | 8,89         | 7,50         | 10,58        | 0,16         | 8,53          | 162,42         | 35,99                     | 24,24        | 107,9        | 1,63        | 30,88        | 195,62         | 0,34         | 0,06        | 9,61         |  |
| Котлеты из филе горбуши с соусом №83 сб.2021  | 130      | 11,52        | 10,20        | 9,42         | 0,15         | 16,43         | 195,91         | 48,93                     | 36,65        | 149,6        | 0,89        | 12,83        | 104,51         | 3,82         | 0,07        | 1,28         |  |
| Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021   | 150      | 3,59         | 0,02         | 3,79         | 0,00         | 37,96         | 200,86         | 4,52                      | 24,75        | 73,4         | 0,51        | 23,92        | 26,47          | 0,25         | 0,04        | 0            |  |
| Компот из изюма и кураги №310, сб.2021  | 200      | 1,37         | 0,00         | 0,06         | 0,06         | 46,48         | 176,51         | 31,62                     | 19,95        | 27,16        | 0,68        | 0            | 116,6          | 1,1          | 0,02        | 0,32         |  |
| 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>26,50</b> | <b>17,72</b> | <b>24,02</b> | <b>0,54</b>  | <b>115,59</b> | <b>764,21</b>  | <b>138,3</b>              | <b>118,6</b> | <b>398,7</b> | <b>4,46</b> | <b>67,63</b> | <b>449,3</b>   | <b>5,71</b>  | <b>0,22</b> | <b>17,21</b> |  |
| <b>Полдник</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          |  |
| апельсин сб.2021г.  | 225      | 1,67         | 0,00         | 0,37         | 0,37         | 19,12         | 82,57          | 63,11                     | 24,13        | 42,69        | 0,56        | 0            | 14,85          | 0,37         | 0,07        | 111,4        |  |
| Печенье сб.2021ТК № 7   | 20       | 1,42         | 0,02         | 3,73         | 0,00         | 11,91         | 85,87          | 0                         | 0            | 0            | 0           | 0            | 0              | 0            | 0           | 0            |  |
| <b>Итого за 'Полдник'</b>   |          | <b>8,84</b>  | <b>6,13</b>  | <b>10,04</b> | <b>0,37</b>  | <b>40,04</b>  | <b>279,69</b>  | <b>285,6</b>              | <b>49,79</b> | <b>207,7</b> | <b>0,74</b> | <b>25,28</b> | <b>61,2</b>    | <b>0,37</b>  | <b>0,13</b> | <b>112,5</b> |  |
| <b>Ужин</b>   |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |              |             |              |  |
| Зразы "Школьные" №105, сб.2021  | 100      | 12,69        | 10,70        | 16,64        | 0,00         | 13,92         | 253,29         | 24,87                     | 27,42        | 145,6        | 1,7         | 61,77        | 79,24          | 1,86         | 0,06        | 0,58         |  |
| Картофель тушеный №146, сб. 2021  | 150      | 3,12         | 0,06         | 9,22         | 0,00         | 25,01         | 192,26         | 23,32                     | 34,99        | 87,82        | 1,35        | 42,48        | 393,05         | 0,39         | 0,13        | 12,12        |  |
| 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            |  |
| 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         |  |
| <b>Итого за 'Ужин'</b>  |          | <b>18,91</b> | <b>12,21</b> | <b>27,50</b> | <b>0,20</b>  | <b>60,40</b>  | <b>556,08</b>  | <b>105,8</b>              | <b>74,97</b> | <b>289,6</b> | <b>3,51</b> | <b>110,3</b> | <b>483,28</b>  | <b>2,51</b>  | <b>0,24</b> | <b>12,95</b> |  |
| <b>второй ужин</b>  |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |              |             |              |  |
| ряженка №297 сб. 2021   | 200      | 6,95         | 6,95         | 7,67         | 0,00         | 9,59          | 139,79         | 287,7                     | 33,57        | 227,8        | 0,24        | 47,95        | 53,83          | 0            | 0,07        | 1,68         |  |
| 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>9,53</b>  | <b>6,95</b>  | <b>8,00</b>  | <b>0,33</b>  | <b>26,45</b>  | <b>219,98</b>  | <b>295,2</b>              | <b>44,35</b> | <b>256,2</b> | <b>0,89</b> | <b>47,95</b> | <b>53,83</b>   | <b>0,43</b>  | <b>0,12</b> | <b>1,68</b>  |  |
| <b>Итого за день</b>  |          | <b>77,23</b> | <b>45,89</b> | <b>88,64</b> | <b>4,55</b>  | <b>337,17</b> | <b>2415,04</b> | <b>995,4</b>              | <b>371,8</b> | <b>1430</b>  | <b>15,3</b> | <b>370,2</b> | <b>1180,71</b> | <b>10,93</b> | <b>1,03</b> | <b>150</b>   |  |

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 10.04.2023г. 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         | PЭ,мкг         | ТЭ,мг       | B1,мг       | C,мг         |  |
| <b>Завтрак</b>  |          |              |              |               |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |             |             |              |  |
| Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.                                       | 240      | 9,01         | 3,38         | 12,18         | 2,79         | 40,96         | 303,01         | 166,9                     | 67,12        | 251,3        | 1,91        | 73,57        | 81,19          | 0,98        | 0,23        | 0,61         |  |
| 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         |  |
| 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>14,95</b> | <b>3,43</b>  | <b>21,10</b>  | <b>3,58</b>  | <b>101,52</b> | <b>645,58</b>  | <b>198,3</b>              | <b>95,25</b> | <b>319,7</b> | <b>5,97</b> | <b>131,4</b> | <b>146,63</b>  | <b>2,07</b> | <b>0,35</b> | <b>5,73</b>  |  |
| <b>Обед</b>   |          |              |              |               |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |             |             |              |  |
| огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021  | 100      | 0,80         | 0,00         | 0,10          | 0,10         | 3,50          | 15,93          | 23                        | 14           | 42           | 0,6         | 0            | 10             | 0,1         | 0,03        | 10           |  |
| Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г                              | 250/25   | 9,29         | 7,56         | 11,66         | 0,20         | 10,66         | 181,62         | 44,12                     | 28,22        | 117,3        | 1,77        | 38,6         | 244,52         | 0,38        | 0,08        | 12,01        |  |
| Котлеты из филе горбуши с соусом №83 сб.2021  | 170      | 11,75        | 9,60         | 12,21         | 0,19         | 21,37         | 241,70         | 56,47                     | 37,42        | 151,7        | 1,01        | 15,4         | 100,56         | 5           | 0,08        | 1,51         |  |
| Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021   | 180      | 4,31         | 0,02         | 4,55          | 0,00         | 45,55         | 241,04         | 5,42                      | 29,7         | 88,08        | 0,62        | 28,7         | 31,77          | 0,3         | 0,04        | 0            |  |
| Компот из изюма и кураги №310, сб.2021  | 200      | 1,37         | 0,00         | 0,06          | 0,06         | 46,48         | 176,51         | 31,62                     | 19,95        | 27,16        | 0,68        | 0            | 116,6          | 1,1         | 0,02        | 0,32         |  |
| 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>28,50</b> | <b>17,18</b> | <b>28,75</b>  | <b>0,72</b>  | <b>133,69</b> | <b>885,22</b>  | <b>165,8</b>              | <b>136,2</b> | <b>449,5</b> | <b>5,25</b> | <b>82,7</b>  | <b>503,6</b>   | <b>7,09</b> | <b>0,27</b> | <b>23,84</b> |  |
| <b>Полдник</b>  |          |              |              |               |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |             |             |              |  |
| Молоко кипяченное №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          |  |
| апельсин сб.2021г.  | 225      | 1,67         | 0,00         | 0,37          | 0,37         | 19,12         | 82,57          | 63,11                     | 24,13        | 42,69        | 0,56        | 0            | 14,85          | 0,37        | 0,07        | 111,4        |  |
| Печенье сб.2021ТК № 7   | 30       | 2,13         | 0,03         | 5,60          | 0,00         | 17,87         | 128,81         | 0                         | 0            | 0            | 0           | 0            | 0              | 0           | 0           | 0            |  |
| <b>Итого за 'Полдник'</b>   |          | <b>9,55</b>  | <b>6,14</b>  | <b>11,91</b>  | <b>0,37</b>  | <b>46,00</b>  | <b>322,63</b>  | <b>285,6</b>              | <b>49,79</b> | <b>207,7</b> | <b>0,74</b> | <b>25,28</b> | <b>61,2</b>    | <b>0,37</b> | <b>0,13</b> | <b>112,5</b> |  |
| <b>Ужин</b>   |          |              |              |               |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |             |             |              |  |
| Зразы "Школьные" №105, сб.2021  | 130      | 16,50        | 13,92        | 21,63         | 0,00         | 18,09         | 329,28         | 32,33                     | 35,64        | 189,3        | 2,21        | 80,3         | 103,01         | 2,42        | 0,08        | 0,75         |  |
| Картофель тушенный №146, сб. 2021   | 180      | 3,74         | 0,07         | 11,06         | 0,61         | 30,02         | 230,71         | 27,99                     | 41,99        | 105,4        | 1,62        | 50,98        | 471,66         | 0,47        | 0,16        | 14,54        |  |
| 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            |  |
| 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         |  |
| <b>Итого за 'Ужин'</b>  |          | <b>24,89</b> | <b>15,44</b> | <b>34,53</b>  | <b>1,00</b>  | <b>79,70</b>  | <b>718,63</b>  | <b>122,4</b>              | <b>96,66</b> | <b>367,9</b> | <b>4,69</b> | <b>137,3</b> | <b>585,66</b>  | <b>3,41</b> | <b>0,32</b> | <b>15,55</b> |  |
| <b>второй ужин</b>  |          |              |              |               |              |               |                |                           |              |              |             |              |                |             |             |              |  |
| ряженка №297 сб. 2021   | 200      | 6,95         | 6,95         | 7,67          | 0,00         | 9,59          | 139,79         | 287,7                     | 33,57        | 227,8        | 0,24        | 47,95        | 53,83          | 0           | 0,07        | 1,68         |  |
| 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>8,50</b>  | <b>6,95</b>  | <b>7,87</b>   | <b>0,20</b>  | <b>19,70</b>  | <b>187,91</b>  | <b>292,2</b>              | <b>40,04</b> | <b>244,8</b> | <b>0,63</b> | <b>47,95</b> | <b>53,83</b>   | <b>0,26</b> | <b>0,1</b>  | <b>1,68</b>  |  |
| <b>Итого за день</b>  |          | <b>86,38</b> | <b>49,14</b> | <b>104,16</b> | <b>5,88</b>  | <b>380,61</b> | <b>2759,97</b> | <b>1064</b>               | <b>417,9</b> | <b>1590</b>  | <b>17,3</b> | <b>424,6</b> | <b>1350,92</b> | <b>13,2</b> | <b>1,18</b> | <b>159,3</b> |  |

Завпроизводством:

*Handwritten signature*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Handwritten signature*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 10.04.2023г. школа 7-11 лет**

| Наименование блюда   | Выход, г | Белки, г     |                | Жиры, г      |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал    | Минеральные элементы<br>(мг) |              |              |             | Витамины     |               |             |             |              |  |
|--|----------|--------------|----------------|--------------|-----------------|------------------|----------------|------------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--|
|  |          | всего        | в т.ч.<br>жив. | всего        | в т.ч.<br>раст. |                  |                | Ca                           | Mg           | P            | Fe          | A,мг         | РЭ,мкг        | ТЭ,мг       | B1,мг       | C,мг         |  |
| Завтрак  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
| Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.  | 150      | 5,63         | 2,11           | 7,61         | 1,74            | 25,60            | 189,38         | 104,3                        | 41,95        | 157,1        | 1,19        | 45,98        | 50,74         | 0,61        | 0,15        | 0,38         |  |
| 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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г. | 50/10    | 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            |  |
| апельсин сб.2021г.   | 225      | 1,67         | 0,00           | 0,37         | 0,37            | 19,12            | 82,57          | 63,11                        | 24,13        | 42,69        | 0,56        | 0            | 14,85         | 0,37        | 0,07        | 111,4        |  |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>  |          | <b>14,85</b> | <b>5,20</b>    | <b>19,47</b> | <b>2,70</b>     | <b>90,06</b>     | <b>583,32</b>  | <b>288</b>                   | <b>97,66</b> | <b>331,1</b> | <b>3,06</b> | <b>115,8</b> | <b>152,89</b> | <b>1,86</b> | <b>0,34</b> | <b>112,3</b> |  |
| Обед   |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
| огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021   | 60       | 0,48         | 0,00           | 0,06         | 0,06            | 2,10             | 9,56           | 13,8                         | 8,4          | 25,2         | 0,36        | 0            | 6             | 0,06        | 0,02        | 6            |  |
| Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г.-200/10                       | 200/25   | 8,89         | 7,50           | 10,58        | 0,16            | 8,53             | 162,42         | 35,99                        | 24,24        | 107,9        | 1,63        | 30,88        | 195,62        | 0,34        | 0,06        | 9,61         |  |
| Котлеты из филе горбуши с соусом №83 сб.2021   | 130      | 11,52        | 10,20          | 9,42         | 0,15            | 16,43            | 195,91         | 48,93                        | 36,65        | 149,6        | 0,89        | 12,83        | 104,51        | 3,82        | 0,07        | 1,28         |  |
| Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021  | 150      | 3,59         | 0,02           | 3,79         | 0,00            | 37,96            | 200,86         | 4,52                         | 24,75        | 73,4         | 0,51        | 23,92        | 26,47         | 0,25        | 0,04        | 0            |  |
| Компот из изюма и кураги №310, сб.2021   | 200      | 1,37         | 0,00           | 0,06         | 0,06            | 46,48            | 176,51         | 31,62                        | 19,95        | 27,16        | 0,68        | 0            | 116,6         | 1,1         | 0,02        | 0,32         |  |
| 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 подовый "Уныш" №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>28,31</b> | <b>17,72</b>   | <b>24,24</b> | <b>0,76</b>     | <b>127,44</b>    | <b>820,79</b>  | <b>142,9</b>                 | <b>125,4</b> | <b>415,2</b> | <b>4,83</b> | <b>67,63</b> | <b>449,26</b> | <b>6</b>    | <b>0,26</b> | <b>17,21</b> |  |
| <b>Итого за день</b>   |          | <b>43,17</b> | <b>22,93</b>   | <b>43,71</b> | <b>3,46</b>     | <b>217,49</b>    | <b>1404,11</b> | <b>430,9</b>                 | <b>223</b>   | <b>746,3</b> | <b>7,89</b> | <b>183,4</b> | <b>602,15</b> | <b>7,86</b> | <b>0,6</b>  | <b>129,5</b> |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
|  |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |  |

Завпроизводством: Lat (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 10.04.2023г. 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   |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
| Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.                                       | 200      | 7,51         | 2,81         | 10,15        | 2,33         | 34,14         | 252,51         | 139,1                     | 55,93        | 209,4        | 1,59        | 61,31        | 67,66         | 0,81        | 0,2         | 0,51         |  |
| 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 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            |  |
| апельсин сб.2021г.  | 225      | 1,67         | 0,00         | 0,37         | 0,37         | 19,12         | 82,57          | 63,11                     | 24,13        | 42,69        | 0,56        | 0            | 14,85         | 0,37        | 0,07        | 111,4        |  |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>   |          | <b>16,73</b> | <b>5,91</b>  | <b>22,01</b> | <b>3,29</b>  | <b>98,59</b>  | <b>646,45</b>  | <b>322,8</b>              | <b>111,7</b> | <b>383,4</b> | <b>3,46</b> | <b>131,1</b> | <b>169,81</b> | <b>2,06</b> | <b>0,39</b> | <b>112,4</b> |  |
| Обед  |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |              |  |
| огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021  | 100      | 0,80         | 0,00         | 0,10         | 0,10         | 3,50          | 15,93          | 23                        | 14           | 42           | 0,6         | 0            | 10            | 0,1         | 0,03        | 10           |  |
| Щи из свежей капусты с картофелем с курами №55, сб.2021 г.                            | 250/25   | 10,92        | 9,18         | 14,41        | 0,20         | 10,66         | 212,82         | 48,38                     | 28,41        | 124,1        | 1,5         | 73,6         | 280,52        | 0,47        | 0,09        | 12,37        |  |
| Котлеты из филе горбуши с соусом №83 сб.2021  | 170      | 11,75        | 9,60         | 12,21        | 0,19         | 21,37         | 241,70         | 56,47                     | 37,42        | 151,7        | 1,01        | 15,4         | 100,56        | 5           | 0,08        | 1,51         |  |
| Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021   | 180      | 4,31         | 0,02         | 4,55         | 0,00         | 45,55         | 241,04         | 5,42                      | 29,7         | 88,08        | 0,62        | 28,7         | 31,77         | 0,3         | 0,04        | 0            |  |
| Компот из изюма и кураги №310, сб.2021  | 200      | 1,37         | 0,00         | 0,06         | 0,06         | 46,48         | 176,51         | 31,62                     | 19,95        | 27,16        | 0,68        | 0            | 116,6         | 1,1         | 0,02        | 0,32         |  |
| 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       | 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>32,82</b> | <b>18,81</b> | <b>31,81</b> | <b>1,04</b>  | <b>151,37</b> | <b>1000,81</b> | <b>176,9</b>              | <b>146,4</b> | <b>480,7</b> | <b>5,52</b> | <b>117,7</b> | <b>539,53</b> | <b>7,61</b> | <b>0,33</b> | <b>24,2</b>  |  |
| <b>Итого за день</b>  |          | <b>49,55</b> | <b>24,72</b> | <b>53,82</b> | <b>4,33</b>  | <b>249,96</b> | <b>1647,26</b> | <b>499,7</b>              | <b>258,1</b> | <b>864,2</b> | <b>8,98</b> | <b>248,8</b> | <b>709,34</b> | <b>9,68</b> | <b>0,72</b> | <b>136,6</b> |  |

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.