

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



**МЕНЮ на 10.05.2023г. 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 манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
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	
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	
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>13,22</b>	<b>4,45</b>	<b>18,34</b>	<b>0,79</b>	<b>92,90</b>	<b>582,46</b>	<b>207,9</b>	<b>52,28</b>	<b>216,9</b>	<b>4,48</b>	<b>116,5</b>	<b>111,87</b>	<b>1,13</b>	<b>0,2</b>	<b>4,79</b>	
<b>Обед</b>																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	60	1,12	0,00	4,81	0,00	5,64	67,45	24,11	8,82	21,76	0,41	0	91,8	1,86	0,01	1,47	
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	200/10	1,60	0,21	4,31	0,16	8,53	76,80	32,5	15,88	37,91	0,58	30,88	195,62	0,18	0,04	9,61	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5	
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>28,86</b>	<b>14,12</b>	<b>30,15</b>	<b>6,69</b>	<b>115,33</b>	<b>821,74</b>	<b>116,6</b>	<b>217,7</b>	<b>445</b>	<b>8,56</b>	<b>73,36</b>	<b>431,01</b>	<b>6,19</b>	<b>0,44</b>	<b>12,99</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	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,55</b>	<b>6,14</b>	<b>12,21</b>	<b>0,67</b>	<b>46,37</b>	<b>321,85</b>	<b>249,4</b>	<b>40,78</b>	<b>183,5</b>	<b>3,88</b>	<b>25,28</b>	<b>54,75</b>	<b>0,34</b>	<b>0,11</b>	<b>17,9</b>	
<b>Ужин</b>																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,51	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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,05</b>	<b>15,90</b>	<b>22,81</b>	<b>0,83</b>	<b>65,84</b>	<b>548,67</b>	<b>182,3</b>	<b>97,9</b>	<b>338,4</b>	<b>3,63</b>	<b>62,62</b>	<b>518,01</b>	<b>5,53</b>	<b>0,32</b>	<b>27,77</b>	
<b>второй ужин</b>																	
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	
йогурт №297 сб. 2021	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,84</b>	<b>4,26</b>	<b>5,03</b>	<b>0,33</b>	<b>22,74</b>	<b>165,90</b>	<b>183,9</b>	<b>31,36</b>	<b>168,1</b>	<b>0,8</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0,43</b>	<b>0,1</b>	<b>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>79,52</b>	<b>44,87</b>	<b>88,53</b>	<b>9,30</b>	<b>343,17</b>	<b>2440,62</b>	<b>940,1</b>	<b>440</b>	<b>1352</b>	<b>21,4</b>	<b>307,2</b>	<b>1148,64</b>	<b>13,62</b>	<b>1,17</b>	<b>64,48</b>	

Зав.производством:

*Handwritten signature*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Handwritten signature*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 10.05.2023г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	240	7,17	3,54	9,61	0,00	36,63	259,15	151,4	22,54	132,8	0,5	63,22	42,69	0,07	0,08	0,64	
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 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>14,41</b>	<b>5,03</b>	<b>19,94</b>	<b>0,79</b>	<b>99,00</b>	<b>625,65</b>	<b>233,2</b>	<b>56,04</b>	<b>239</b>	<b>4,56</b>	<b>127</b>	<b>118,99</b>	<b>1,15</b>	<b>0,21</b>	<b>4,9</b>	
<b>Обед</b>																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,49	0,00	6,41	0,00	7,52	89,93	32,14	11,76	29,01	0,5	0	122,4	2,48	0,01	1,96	
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,7	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	110/60	17,09	15,73	16,12	7,18	20,71	295,67	39,66	30,94	152,4	1,35	15,62	124,16	3,63	0,07	1,6	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,4	28,7	33,44	0,72	0,3	0	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,5	0	0,5	0,1	0	0,5	
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	120	0,97	0,00	0,18	0,18	6,13	28,43	5,15	6,91	23,23	0,5	0	0,15	0,21	0,03	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>31,97</b>	<b>16,02</b>	<b>34,79</b>	<b>7,63</b>	<b>123,82</b>	<b>907,68</b>	<b>139,1</b>	<b>230,5</b>	<b>487,4</b>	<b>9,19</b>	<b>82,92</b>	<b>525,17</b>	<b>7,35</b>	<b>0,48</b>	<b>16,07</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	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,55</b>	<b>6,14</b>	<b>12,21</b>	<b>0,67</b>	<b>46,37</b>	<b>321,85</b>	<b>249,4</b>	<b>40,78</b>	<b>183,5</b>	<b>3,88</b>	<b>25,28</b>	<b>54,75</b>	<b>0,34</b>	<b>0,11</b>	<b>17,9</b>	
<b>Ужин</b>																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	120	17,94	17,25	13,52	0,00	17,66	263,55	49,97	31,19	168	1,03	10,86	30,78	5,93	0,12	0,18	
Картофель тушеный №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.	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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>28,63</b>	<b>20,22</b>	<b>28,24</b>	<b>1,14</b>	<b>84,08</b>	<b>695,46</b>	<b>208</b>	<b>125</b>	<b>419,8</b>	<b>4,78</b>	<b>73,83</b>	<b>657,51</b>	<b>7,54</b>	<b>0,42</b>	<b>40,24</b>	
<b>второй ужин</b>																	
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	
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 'второй ужин'</b>		<b>6,66</b>	<b>5,12</b>	<b>5,84</b>	<b>0,20</b>	<b>17,17</b>	<b>150,96</b>	<b>216,2</b>	<b>31,16</b>	<b>184,6</b>	<b>0,57</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0,26</b>	<b>0,08</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>90,22</b>	<b>52,54</b>	<b>101,01</b>	<b>10,43</b>	<b>370,44</b>	<b>2701,60</b>	<b>1046</b>	<b>483,5</b>	<b>1514</b>	<b>23</b>	<b>344,4</b>	<b>1396,02</b>	<b>16,63</b>	<b>1,3</b>	<b>80,34</b>	

Завпроизводством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)



