

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



**МЕНЮ на 12.10.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	220	4,83	3,20	4,58	0,00	18,07	131,69	119,3	15,85	99,74	0,35	19,43	35,69	0,28	0,05	0,57	
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.	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>12,07</b>	<b>4,70</b>	<b>14,90</b>	<b>0,79</b>	<b>80,45</b>	<b>498,18</b>	<b>201,1</b>	<b>49,34</b>	<b>205,9</b>	<b>4,41</b>	<b>83,25</b>	<b>111,99</b>	<b>1,36</b>	<b>0,18</b>	<b>4,83</b>	
<b>Обед</b>																	
помидоры свежие порц. ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Филе 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	
Рис отварной, сб. 2021	150	3,74	0,03	5,99	0,00	39,36	226,85	31,75	27,22	81,75	0,75	39,83	44,08	0,28	0,04	0	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12	
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>23,22</b>	<b>12,68</b>	<b>15,32</b>	<b>0,75</b>	<b>92,41</b>	<b>588,48</b>	<b>97,64</b>	<b>104</b>	<b>313,1</b>	<b>4,12</b>	<b>56,61</b>	<b>390,36</b>	<b>2,04</b>	<b>0,32</b>	<b>27,71</b>	
<b>Полдник</b>																	
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	
груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26	
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>1,42</b>	<b>0,00</b>	<b>1,43</b>	<b>0,44</b>	<b>63,13</b>	<b>252,89</b>	<b>32,88</b>	<b>20,43</b>	<b>34,04</b>	<b>3,85</b>	<b>0,6</b>	<b>3,81</b>	<b>0,79</b>	<b>0,04</b>	<b>7,26</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	80	1,72	0,00	3,61	0,00	10,12	75,35	48,1	16,49	30,19	0,61	0	189,34	1,96	0,02	17,32	
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	240	17,50	14,35	16,63	0,62	32,25	346,23	27,72	54,72	208,3	2,31	24,06	122,19	2,46	0,11	1,24	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	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>24,38</b>	<b>15,80</b>	<b>22,15</b>	<b>1,08</b>	<b>77,32</b>	<b>596,26</b>	<b>139,4</b>	<b>92,39</b>	<b>317,4</b>	<b>3,9</b>	<b>30,06</b>	<b>322,53</b>	<b>5,03</b>	<b>0,22</b>	<b>18,82</b>	
второй ужин																	
снежок №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>4,26</b>	<b>4,26</b>	<b>4,70</b>	<b>0,00</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,4</b>	<b>20,58</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>65,36</b>	<b>37,44</b>	<b>58,50</b>	<b>3,05</b>	<b>319,19</b>	<b>2021,52</b>	<b>647,4</b>	<b>286,7</b>	<b>1010</b>	<b>16,4</b>	<b>199,9</b>	<b>861,68</b>	<b>9,22</b>	<b>0,8</b>	<b>59,66</b>	

Зав. производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 12.10.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	250	5,48	3,64	5,20	0,00	20,54	149,64	135,6	18,01	113,3	0,4	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	
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>12,73</b>	<b>5,13</b>	<b>15,53</b>	<b>0,79</b>	<b>82,91</b>	<b>516,14</b>	<b>217,4</b>	<b>51,5</b>	<b>219,5</b>	<b>4,46</b>	<b>85,9</b>	<b>116,86</b>	<b>1,4</b>	<b>0,19</b>	<b>4,91</b>	
Обед																	
помидоры свежие порц. ТК № 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	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66	
Филе 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	
Рис отварной, сб. 2021	180	4,48	0,04	7,18	0,00	47,23	272,22	38,1	32,66	98,1	0,9	47,79	52,89	0,34	0,04	0	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12	
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>25,63</b>	<b>12,69</b>	<b>17,29</b>	<b>0,96</b>	<b>107,55</b>	<b>674,83</b>	<b>113,8</b>	<b>121,9</b>	<b>357,7</b>	<b>4,99</b>	<b>67,41</b>	<b>483,43</b>	<b>2,36</b>	<b>0,38</b>	<b>33,65</b>	
Полдник																	
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	
груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26	
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>1,42</b>	<b>0,00</b>	<b>1,43</b>	<b>0,44</b>	<b>63,13</b>	<b>252,89</b>	<b>32,88</b>	<b>20,43</b>	<b>34,04</b>	<b>3,85</b>	<b>0,6</b>	<b>3,81</b>	<b>0,79</b>	<b>0,04</b>	<b>7,26</b>	
Ужин																	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	100	2,15	0,00	4,51	0,00	12,65	94,19	60,12	20,61	37,74	0,76	0	236,68	2,45	0,03	21,65	
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	240	17,50	14,35	16,63	0,62	32,25	346,23	27,72	54,72	208,3	2,31	24,06	122,19	2,46	0,11	1,24	
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	
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>26,36</b>	<b>15,80</b>	<b>23,25</b>	<b>1,28</b>	<b>89,97</b>	<b>663,22</b>	<b>155,9</b>	<b>103</b>	<b>342</b>	<b>4,45</b>	<b>30,06</b>	<b>369,86</b>	<b>5,78</b>	<b>0,26</b>	<b>23,15</b>	
второй ужин																	
снежок №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>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>0,00</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,7</b>	<b>24,7</b>	<b>167,6</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>71,25</b>	<b>38,74</b>	<b>63,14</b>	<b>3,46</b>	<b>350,61</b>	<b>2209,92</b>	<b>731,6</b>	<b>321,5</b>	<b>1121</b>	<b>17,9</b>	<b>219,3</b>	<b>1013,56</b>	<b>10,32</b>	<b>0,92</b>	<b>70,2</b>	

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 12.10.2022г. школа 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																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	250	5,48	3,64	5,20	0,00	20,54	149,64	135,6	18,01	113,3	0,4	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	
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.	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	
груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>12,31</b>	<b>5,13</b>	<b>15,76</b>	<b>1,02</b>	<b>81,34</b>	<b>503,30</b>	<b>231</b>	<b>60,94</b>	<b>228,8</b>	<b>5</b>	<b>85,9</b>	<b>119,77</b>	<b>1,78</b>	<b>0,2</b>	<b>8,17</b>	
Обед																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Филе 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	
Рис отварной, сб. 2021	150	3,74	0,03	5,99	0,00	39,36	226,85	31,75	27,22	81,75	0,75	39,83	44,08	0,28	0,04	0	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12	
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>25,03</b>	<b>12,68</b>	<b>15,53</b>	<b>0,96</b>	<b>104,26</b>	<b>645,06</b>	<b>102,3</b>	<b>110,8</b>	<b>329,7</b>	<b>4,49</b>	<b>56,61</b>	<b>390,32</b>	<b>2,33</b>	<b>0,35</b>	<b>27,71</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>37,34</b>	<b>17,81</b>	<b>31,30</b>	<b>1,98</b>	<b>185,60</b>	<b>1148,36</b>	<b>333,3</b>	<b>171,7</b>	<b>558,4</b>	<b>9,49</b>	<b>142,5</b>	<b>510,08</b>	<b>4,11</b>	<b>0,55</b>	<b>35,89</b>	

Запроизводством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 12.10.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	250	5,48	3,64	5,20	0,00	20,54	149,64	135,6	18,01	113,3	0,4	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	
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	
груша ТК № 5	195	0,58	0,00	0,44	0,44	19,03	73,64	27,6	17,43	23,24	3,34	0	2,91	0,58	0,03	7,26	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>12,31</b>	<b>5,13</b>	<b>15,76</b>	<b>1,02</b>	<b>81,34</b>	<b>503,30</b>	<b>231</b>	<b>60,94</b>	<b>228,8</b>	<b>5</b>	<b>85,9</b>	<b>119,77</b>	<b>1,78</b>	<b>0,2</b>	<b>8,17</b>	
<b>Обед</b>																	
помидоры свежие порц.ТК № 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	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66	
Филе 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	
Рис отварной, сб. 2021	180	4,48	0,04	7,18	0,00	47,23	272,22	38,1	32,66	98,1	0,9	47,79	52,89	0,34	0,04	0	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12	
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>28,32</b>	<b>12,69</b>	<b>17,61</b>	<b>1,27</b>	<b>125,22</b>	<b>759,22</b>	<b>120,6</b>	<b>132</b>	<b>382,2</b>	<b>5,54</b>	<b>67,41</b>	<b>483,37</b>	<b>2,79</b>	<b>0,43</b>	<b>33,65</b>	
<b>Итого за 'Ужин '</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>40,63</b>	<b>17,82</b>	<b>33,37</b>	<b>2,30</b>	<b>206,56</b>	<b>1262,52</b>	<b>351,6</b>	<b>192,9</b>	<b>610,9</b>	<b>10,5</b>	<b>153,3</b>	<b>603,13</b>	<b>4,57</b>	<b>0,63</b>	<b>41,82</b>	

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)