

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 12.12.2022г. 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>																	
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	
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	
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>19,12</b>	<b>11,15</b>	<b>16,76</b>	<b>0,72</b>	<b>93,01</b>	<b>593,24</b>	<b>454,1</b>	<b>66,99</b>	<b>366,1</b>	<b>4,51</b>	<b>105,8</b>	<b>105,17</b>	<b>1,03</b>	<b>0,21</b>	<b>5,19</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из белокачанной 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	
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	200	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37	
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	
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	
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>29,74</b>	<b>14,17</b>	<b>28,94</b>	<b>6,46</b>	<b>120,53</b>	<b>836,48</b>	<b>124,6</b>	<b>225,6</b>	<b>467,9</b>	<b>8,37</b>	<b>62,81</b>	<b>531,73</b>	<b>6,24</b>	<b>0,47</b>	<b>24,1</b>	
<b>Полдник</b>																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	150/20	27,52	24,59	18,57	0,00	46,33	461,95	222,4	37,13	296,5	1,3	118,2	136,18	0,83	0,09	0,46	
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	
груша ТК № 5	255	0,76	0,00	0,57	0,57	24,89	96,30	36,09	22,8	30,4	4,37	0	3,8	0,76	0,04	9,5	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>34,03</b>	<b>30,70</b>	<b>25,08</b>	<b>0,57</b>	<b>80,23</b>	<b>669,50</b>	<b>481</b>	<b>85,59</b>	<b>491,9</b>	<b>5,85</b>	<b>143,5</b>	<b>186,33</b>	<b>1,59</b>	<b>0,19</b>	<b>11,05</b>	
<b>Ужин</b>																	
огурцы соленые (порциями), сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,57	13,8	8,4	14,4	0,36	0	3	0,06	0,01	3	
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб. 2021	250	19,40	17,34	11,93	0,27	22,52	273,20	40,74	11,18	139,5	1,12	36,13	113,8	0,91	0,08	0,04	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	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>25,56</b>	<b>18,79</b>	<b>13,96</b>	<b>0,85</b>	<b>62,35</b>	<b>472,49</b>	<b>119,6</b>	<b>42,92</b>	<b>238,5</b>	<b>2,59</b>	<b>42,13</b>	<b>127,8</b>	<b>1,66</b>	<b>0,19</b>	<b>3,3</b>	
<b>перед сном</b>																	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>0,00</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,3</b>	<b>22,05</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>114,46</b>	<b>80,84</b>	<b>86,94</b>	<b>8,60</b>	<b>364,79</b>	<b>2653,47</b>	<b>1362</b>	<b>443,1</b>	<b>1704</b>	<b>21,5</b>	<b>369</b>	<b>966,03</b>	<b>10,53</b>	<b>1,1</b>	<b>44,53</b>	

Зав. производством: \_\_\_\_\_

*Jal-*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_

*h*

(Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 12.12.2022г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,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	
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	100/30	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	
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>19,12</b>	<b>11,15</b>	<b>16,76</b>	<b>0,72</b>	<b>93,01</b>	<b>593,24</b>	<b>454,1</b>	<b>66,99</b>	<b>366,1</b>	<b>4,51</b>	<b>105,8</b>	<b>105,17</b>	<b>1,03</b>	<b>0,21</b>	<b>5,19</b>	
<b>Обед</b>																	
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	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,46	0,33	5,45	0,00	17,58	127,63	26,01	23,42	69,74	0,88	25,41	249,12	0,29	0,08	6,72	
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	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0	
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	
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>32,99</b>	<b>16,09</b>	<b>32,88</b>	<b>7,36</b>	<b>131,06</b>	<b>925,11</b>	<b>148,2</b>	<b>240,3</b>	<b>515</b>	<b>9,05</b>	<b>69,73</b>	<b>643,54</b>	<b>7,29</b>	<b>0,51</b>	<b>29,96</b>	
<b>Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021</b>	200/25	36,43	32,55	24,58	0,00	61,32	611,41	294,4	49,14	392,4	1,72	156,4	180,24	1,1	0,12	0,61	
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	
груша ТК № 5	255	0,76	0,00	0,57	0,57	24,89	96,30	36,09	22,8	30,4	4,37	0	3,8	0,76	0,04	9,5	
<b>Итого за "</b>		<b>42,93</b>	<b>38,66</b>	<b>31,08</b>	<b>0,57</b>	<b>95,22</b>	<b>818,96</b>	<b>553</b>	<b>97,6</b>	<b>587,8</b>	<b>6,27</b>	<b>181,7</b>	<b>230,39</b>	<b>1,86</b>	<b>0,22</b>	<b>11,2</b>	
<b>Ужин</b>																	
огурцы соленые (порциями), сб. 2021	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,00	11,43	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	4	
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб.2021	300	23,28	20,81	14,31	0,32	27,03	327,84	48,89	13,41	167,4	1,34	43,36	136,56	1,09	0,09	0,05	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	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>29,60</b>	<b>22,26</b>	<b>16,37</b>	<b>0,93</b>	<b>67,35</b>	<b>529,99</b>	<b>132,4</b>	<b>47,95</b>	<b>271,2</b>	<b>2,94</b>	<b>49,36</b>	<b>151,56</b>	<b>1,87</b>	<b>0,2</b>	<b>4,31</b>	
<b>перед сном</b>																	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>7,23</b>	<b>7,23</b>	<b>2,65</b>	<b>0,00</b>	<b>10,41</b>	<b>98,11</b>	<b>218,7</b>	<b>26,46</b>	<b>167,6</b>	<b>0,18</b>	<b>17,64</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,06</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>131,87</b>	<b>95,39</b>	<b>99,74</b>	<b>9,58</b>	<b>397,04</b>	<b>2965,40</b>	<b>1506</b>	<b>479,3</b>	<b>1908</b>	<b>22,9</b>	<b>424,3</b>	<b>1148,67</b>	<b>12,04</b>	<b>1,2</b>	<b>51,73</b>	

Завпроизводством:

*Jal*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*ju*

(Кузьмина О.В.)



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

**МЕНЮ на 12.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4	
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.	50/20	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	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,65</b>	<b>16,44</b>	<b>16,76</b>	<b>0,52</b>	<b>73,45</b>	<b>534,53</b>	<b>590,8</b>	<b>76,35</b>	<b>464,1</b>	<b>1,75</b>	<b>107,4</b>	<b>111,28</b>	<b>0,81</b>	<b>0,22</b>	<b>1,94</b>	
Обед																	
Салат из белокачанной 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	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37	
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 рассычатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	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	
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>30,82</b>	<b>14,17</b>	<b>28,25</b>	<b>6,87</b>	<b>124,00</b>	<b>853,07</b>	<b>139,9</b>	<b>213,9</b>	<b>459,8</b>	<b>10,6</b>	<b>58,03</b>	<b>526,11</b>	<b>6,62</b>	<b>0,48</b>	<b>28,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>53,47</b>	<b>30,61</b>	<b>45,01</b>	<b>7,39</b>	<b>197,45</b>	<b>1387,60</b>	<b>730,7</b>	<b>290,3</b>	<b>923,8</b>	<b>12,3</b>	<b>165,4</b>	<b>637,39</b>	<b>7,43</b>	<b>0,69</b>	<b>30,04</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 12.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,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	
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 №1, сб. 2021г.	60/30	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	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>25,35</b>	<b>18,38</b>	<b>19,21</b>	<b>0,52</b>	<b>82,81</b>	<b>604,87</b>	<b>658,8</b>	<b>85,45</b>	<b>519,7</b>	<b>1,89</b>	<b>123,5</b>	<b>123,17</b>	<b>0,83</b>	<b>0,24</b>	<b>2,25</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из белокачанной 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	
Рассольник ленинградский №56, сб. 2021	250	2,46	0,33	5,45	0,00	17,58	127,63	26,01	23,42	69,74	0,88	25,41	249,12	0,29	0,08	6,72	
Котлеты с соусом № 99, сб. пк. 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 рассычатая №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	
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 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>36,25</b>	<b>16,09</b>	<b>32,50</b>	<b>7,88</b>	<b>146,82</b>	<b>1001,22</b>	<b>156,5</b>	<b>254,2</b>	<b>545,9</b>	<b>12,2</b>	<b>69,73</b>	<b>596,14</b>	<b>7,43</b>	<b>0,58</b>	<b>29,63</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>61,60</b>	<b>34,47</b>	<b>51,71</b>	<b>8,40</b>	<b>229,64</b>	<b>1606,09</b>	<b>815,3</b>	<b>339,7</b>	<b>1066</b>	<b>14,1</b>	<b>193,2</b>	<b>719,32</b>	<b>8,26</b>	<b>0,82</b>	<b>31,88</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)