

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

**МЕНЮ на 12.12.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	180	8,65	8,00	9,45	0,14	18,80	194,00	80,16	11,71	99,41	0,54	62,5	96,81	0,41	0,03	0,11	
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	
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	
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04	
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>22,94</b>	<b>16,05</b>	<b>21,25</b>	<b>0,86</b>	<b>88,43</b>	<b>627,71</b>	<b>428</b>	<b>78,6</b>	<b>387</b>	<b>6</b>	<b>116</b>	<b>168,3</b>	<b>2,79</b>	<b>0,18</b>	<b>5,8</b>	
<b>Обед</b>																	
Икра морковная №46, сб. 2021	60	1,15	0,00	4,63	0,00	7,04	71,27	18,62	23,81	38,02	0,58	0	1154,2	2,43	0,03	1,39	
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,11	7,44	7,34	0,37	18,19	173,54	18,9	28,69	120,3	1,69	6,8	178,42	0,35	0,09	5,88	
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160	3,33	0,06	9,83	0,54	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,17	0,00	0,12	0,14	27,24	103,95	8,27	4,77	6,36	0,98	0	0,91	0,18	0,01	0,91	
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>28,58</b>	<b>21,20</b>	<b>29,60</b>	<b>1,18</b>	<b>96,07</b>	<b>748,25</b>	<b>100</b>	<b>126</b>	<b>433</b>	<b>6</b>	<b>61,3</b>	<b>1779</b>	<b>7,84</b>	<b>0,35</b>	<b>21,3</b>	
<b>Полдник</b>																	
апельсин сб.2021г.	240	1,34	0,00	0,30	0,30	15,30	66,05	50,49	19,31	34,16	0,45	0	11,88	0,3	0,06	89,1	
вафли сб.2021	20	0,56	0,00	0,66	0,00	16,08	68,89	3,2	2	7,2	0,3	0,4	0,6	0,14	0,01	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 'Полдник'</b>		<b>6,16</b>	<b>4,26</b>	<b>5,66</b>	<b>0,30</b>	<b>37,26</b>	<b>220,64</b>	<b>230</b>	<b>41,9</b>	<b>181</b>	<b>0,9</b>	<b>29,8</b>	<b>45,48</b>	<b>0,44</b>	<b>0,11</b>	<b>90,1</b>	
<b>Ужин</b>																	
Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ2022	120	14,93	14,25	12,51	5,13	13,96	226,82	14,95	27,96	132	1,47	8,95	81,39	2,61	0,06	1,1	
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	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	
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 'Ужин'</b>		<b>24,25</b>	<b>15,72</b>	<b>17,93</b>	<b>5,48</b>	<b>67,16</b>	<b>524,26</b>	<b>84,2</b>	<b>51,9</b>	<b>239</b>	<b>2,9</b>	<b>32,3</b>	<b>124,4</b>	<b>3,9</b>	<b>0,19</b>	<b>1,36</b>	
<b>второй ужин</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	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,78</b>	<b>6,11</b>	<b>6,06</b>	<b>0,13</b>	<b>15,75</b>	<b>143,33</b>	<b>226</b>	<b>30</b>	<b>176</b>	<b>0,4</b>	<b>25,3</b>	<b>46,35</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>88,70</b>	<b>63,34</b>	<b>80,50</b>	<b>7,95</b>	<b>304,67</b>	<b>2264,19</b>	<b>1068</b>	<b>328</b>	<b>1416</b>	<b>16</b>	<b>264</b>	<b>2164</b>	<b>15,1</b>	<b>0,91</b>	<b>120</b>	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 12.12.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	200	9,61	8,89	10,50	0,16	20,88	215,55	89,07	13,01	110,5	0,6	69,44	107,56	0,45	0,04	0,12		
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		
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		
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	100	1,21	0,00	4,56	0,00	12,86	91,86	28,23	16,42	30,65	1,43	0	3	2,34	0,01	1,73		
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>24,38</b>	<b>16,94</b>	<b>24,13</b>	<b>0,88</b>	<b>95,66</b>	<b>686,01</b>	<b>447,9</b>	<b>86,51</b>	<b>410,2</b>	<b>6,58</b>	<b>122,6</b>	<b>180,23</b>	<b>3,77</b>	<b>0,19</b>	<b>6,51</b>		
<b>Обед</b>																		
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31		
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	11,38	9,30	9,18	0,46	22,73	216,92	23,62	35,86	150,3	2,11	8,5	223,02	0,44	0,11	7,35		
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	120	17,01	16,43	9,07	0,01	15,40	210,57	31,37	32	190,9	1,14	11,02	31,44	5,19	0,08	0,25		
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		
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,17	0,00	0,12	0,14	27,24	103,95	8,27	4,77	6,36	0,98	0	0,91	0,18	0,01	0,91		
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	0,57	0	0,15	0,21	0,03	0		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>35,20</b>	<b>25,80</b>	<b>37,32</b>	<b>1,40</b>	<b>113,26</b>	<b>909,35</b>	<b>127,4</b>	<b>161,2</b>	<b>539,5</b>	<b>7,39</b>	<b>70,49</b>	<b>2650,78</b>	<b>10,53</b>	<b>0,43</b>	<b>25,36</b>		
<b>Полдник</b>																		
апельсин сб.2021г.	240	1,78	0,00	0,40	0,40	20,39	88,07	67,32	25,74	45,54	0,59	0	15,84	0,4	0,08	118,8		
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		
йогурт №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,31</b>	<b>5,68</b>	<b>7,66</b>	<b>0,40</b>	<b>52,35</b>	<b>305,67</b>	<b>307,3</b>	<b>56,18</b>	<b>242,5</b>	<b>1,24</b>	<b>39,8</b>	<b>60,74</b>	<b>0,61</b>	<b>0,15</b>	<b>120,2</b>		
<b>Ужин</b>																		
Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ2022	120	14,93	14,25	12,51	5,13	13,96	226,82	14,95	27,96	132	1,47	8,95	81,39	2,61	0,06	1,1		
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	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		
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		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>26,34</b>	<b>15,73</b>	<b>18,76</b>	<b>5,61</b>	<b>80,73</b>	<b>594,15</b>	<b>89,03</b>	<b>57,68</b>	<b>258,1</b>	<b>3,29</b>	<b>35,17</b>	<b>129,66</b>	<b>4,23</b>	<b>0,22</b>	<b>1,36</b>		
<b>второй ужин</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		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0		
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,78</b>	<b>6,11</b>	<b>6,06</b>	<b>0,13</b>	<b>15,75</b>	<b>143,33</b>	<b>225,5</b>	<b>29,98</b>	<b>176,4</b>	<b>0,44</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>1,1</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>101,01</b>	<b>70,26</b>	<b>93,93</b>	<b>8,41</b>	<b>357,76</b>	<b>2638,51</b>	<b>1197</b>	<b>391,6</b>	<b>1627</b>	<b>19</b>	<b>293,4</b>	<b>3067,76</b>	<b>19,32</b>	<b>1,07</b>	<b>154,5</b>		

Завпроизводством:

*Х*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*К*

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 12.12.2023г. 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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг			
Завтрак																			
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	150	7,21	6,66	7,87	0,12	15,66	161,67	66,8	9,76	82,84	0,45	52,08	80,67	0,34	0,03	0,09			
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			
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			
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	80	0,97	0,00	3,65	0,00	10,29	73,49	22,58	13,14	24,52	1,15	0	2,4	1,87	0,01	1,39			
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>20,74</b>	<b>14,72</b>	<b>20,39</b>	<b>0,64</b>	<b>67,27</b>	<b>527,27</b>	<b>406</b>	<b>71,98</b>	<b>362,4</b>	<b>3,35</b>	<b>105,2</b>	<b>152,74</b>	<b>2,99</b>	<b>0,16</b>	<b>2,13</b>			
Обед																			
Икра морковная №46, сб. 2021	60	1,15	0,00	4,63	0,00	7,04	71,27	18,62	23,81	38,02	0,58	0	1154,16	2,43	0,03	1,39			
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,11	7,44	7,34	0,37	18,19	173,54	18,9	28,69	120,3	1,69	6,8	178,42	0,35	0,09	5,88			
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21			
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160	3,33	0,06	9,83	0,54	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92			
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,17	0,00	0,12	0,14	27,24	103,95	8,27	4,77	6,36	0,98	0	0,91	0,18	0,01	0,91			
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			
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			
апельсин сб.2021г.	240	1,78	0,00	0,40	0,40	20,39	88,07	67,32	25,74	45,54	0,59	0	15,84	0,4	0,08	118,8			
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>31,65</b>	<b>21,20</b>	<b>30,14</b>	<b>1,72</b>	<b>124,94</b>	<b>876,86</b>	<b>170,7</b>	<b>156,2</b>	<b>489,3</b>	<b>6,85</b>	<b>61,29</b>	<b>1794,84</b>	<b>8,44</b>	<b>0,45</b>	<b>140,1</b>			
<b>Итого за день</b>		<b>52,39</b>	<b>35,92</b>	<b>50,53</b>	<b>2,36</b>	<b>192,21</b>	<b>1404,12</b>	<b>576,7</b>	<b>228,2</b>	<b>851,7</b>	<b>10,2</b>	<b>166,5</b>	<b>1947,58</b>	<b>11,43</b>	<b>0,61</b>	<b>142,2</b>			

Запроизводством:

*Х*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*К*

(Кузьмина О.В.)

