

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



**МЕНЮ на 13.02.2023г. интернат 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- 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 молочная "Дружба" №210, сб. 2021	200	6,14	2,88	8,39	0,00	33,69	233,23	124	36,1	149	0,78	51,98	57,98	0,17	0,11	0,52	
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 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>15,11</b>	<b>5,83</b>	<b>20,40</b>	<b>0,79</b>	<b>99,06</b>	<b>632,41</b>	<b>261,3</b>	<b>84,55</b>	<b>308</b>	<b>5,35</b>	<b>121,8</b>	<b>145,35</b>	<b>1,26</b>	<b>0,26</b>	<b>5,04</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	60	1,29	0,00	2,71	0,00	7,59	56,51	36,07	12,37	22,64	0,45	0	142,01	1,47	0,02	12,99	
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	
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	
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,44	73,85	0,46	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>24,24</b>	<b>14,12</b>	<b>24,94</b>	<b>6,67</b>	<b>94,10</b>	<b>685,54</b>	<b>118,2</b>	<b>69,56</b>	<b>257,6</b>	<b>3,58</b>	<b>59,01</b>	<b>473,8</b>	<b>5,86</b>	<b>0,22</b>	<b>24,01</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	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>10,15</b>	<b>6,16</b>	<b>13,75</b>	<b>0,35</b>	<b>50,68</b>	<b>360,06</b>	<b>281,4</b>	<b>48,19</b>	<b>204,8</b>	<b>0,7</b>	<b>25,28</b>	<b>60,21</b>	<b>0,35</b>	<b>0,13</b>	<b>105,1</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	
Суфле рыбное №88, сб.2021	120	16,21	16,86	12,01	0,00	3,38	186,33	40,69	14,44	151,7	0,72	82,14	137,55	1,19	0,05	0,08	
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.	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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,12</b>	<b>16,92</b>	<b>21,60</b>	<b>0,83</b>	<b>52,92</b>	<b>489,79</b>	<b>86,55</b>	<b>67,18</b>	<b>278</b>	<b>3,02</b>	<b>124,6</b>	<b>533,74</b>	<b>2,01</b>	<b>0,24</b>	<b>16,32</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	
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 'перед сном'</b>		<b>8,61</b>	<b>6,03</b>	<b>2,53</b>	<b>0,33</b>	<b>25,53</b>	<b>161,96</b>	<b>189,8</b>	<b>32,83</b>	<b>168,1</b>	<b>0,8</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0,43</b>	<b>0,1</b>	<b>0,88</b>	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 13.02.2023г. 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>																		
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	240	7,37	3,46	10,07	0,00	40,43	279,88	148,8	43,32	178,8	0,94	62,37	69,57	0,21	0,14	0,63		
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 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>16,34</b>	<b>6,41</b>	<b>22,07</b>	<b>0,79</b>	<b>105,80</b>	<b>679,05</b>	<b>286,1</b>	<b>91,77</b>	<b>337,8</b>	<b>5,51</b>	<b>132,2</b>	<b>156,94</b>	<b>1,3</b>	<b>0,28</b>	<b>5,15</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		
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	0,73	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		
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		
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,44	73,85	0,46	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>28,57</b>	<b>16,02</b>	<b>30,43</b>	<b>7,56</b>	<b>110,56</b>	<b>815,01</b>	<b>156,8</b>	<b>86,84</b>	<b>307,9</b>	<b>4,33</b>	<b>71,44</b>	<b>637,27</b>	<b>7,48</b>	<b>0,26</b>	<b>35,26</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	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>10,15</b>	<b>6,16</b>	<b>13,75</b>	<b>0,35</b>	<b>50,68</b>	<b>360,06</b>	<b>281,4</b>	<b>48,19</b>	<b>204,8</b>	<b>0,7</b>	<b>25,28</b>	<b>60,21</b>	<b>0,35</b>	<b>0,13</b>	<b>105,1</b>		
<b>Ужин</b>																		
огурцы соленые (порциями), сб. 2021	70	0,56	0,00	0,07	0,07	1,75	10,00	16,1	9,8	16,8	0,42	0	3,5	0,07	0,01	3,5		
Суфле рыбное №88, сб.2021	120	16,21	16,86	12,01	0,00	3,38	186,33	40,69	14,44	151,7	0,72	82,14	137,55	1,19	0,05	0,08		
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.	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 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		
<b>Итого за 'Ужин '</b>		<b>24,37</b>	<b>16,93</b>	<b>23,65</b>	<b>1,14</b>	<b>68,29</b>	<b>577,79</b>	<b>98,02</b>	<b>82,05</b>	<b>315</b>	<b>3,74</b>	<b>133,1</b>	<b>612,85</b>	<b>2,36</b>	<b>0,29</b>	<b>19,24</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		
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 'перед сном '</b>		<b>8,78</b>	<b>7,23</b>	<b>2,84</b>	<b>0,20</b>	<b>20,52</b>	<b>146,23</b>	<b>223,2</b>	<b>32,93</b>	<b>184,6</b>	<b>0,57</b>	<b>17,64</b>	<b>18</b>	<b>0,26</b>	<b>0,08</b>	<b>1,06</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>88,21</b>	<b>52,75</b>	<b>92,74</b>	<b>10,03</b>	<b>355,85</b>	<b>2578,15</b>	<b>1046</b>	<b>341,8</b>	<b>1350</b>	<b>14,9</b>	<b>379,7</b>	<b>1485,28</b>	<b>11,73</b>	<b>1,05</b>	<b>165,8</b>		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 13.02.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	150	4,61	2,16	6,29	0,00	25,27	174,93	93	27,07	111,7	0,59	38,98	43,48	0,13	0,09	0,39	
Какао с молоком № 306, сб.2021	180	2,95	2,61	2,82	0,00	12,92	85,57	97,71	18,95	82,78	0,52	10,8	19,86	0,01	0,03	0,47	
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	
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	
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104	
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>19,83</b>	<b>10,85</b>	<b>20,34</b>	<b>0,93</b>	<b>95,12</b>	<b>636,93</b>	<b>446,6</b>	<b>110</b>	<b>427</b>	<b>2,96</b>	<b>122,3</b>	<b>157,51</b>	<b>1,36</b>	<b>0,32</b>	<b>105,7</b>	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	60	1,29	0,00	2,71	0,00	7,59	56,51	36,07	12,37	22,64	0,45	0	142,01	1,47	0,02	12,99	
Пци 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	
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	
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 "</b>		<b>26,72</b>	<b>14,12</b>	<b>25,30</b>	<b>7,03</b>	<b>105,07</b>	<b>745,27</b>	<b>134,6</b>	<b>82,04</b>	<b>280,4</b>	<b>6,5</b>	<b>59,01</b>	<b>473,71</b>	<b>6,28</b>	<b>0,26</b>	<b>28,01</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>46,56</b>	<b>24,96</b>	<b>45,64</b>	<b>7,96</b>	<b>200,20</b>	<b>1382,20</b>	<b>581,2</b>	<b>192</b>	<b>707,4</b>	<b>9,46</b>	<b>181,3</b>	<b>631,22</b>	<b>7,65</b>	<b>0,58</b>	<b>133,7</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басв

**МЕНЮ на 13.02.2023г. 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		
<b>Завтрак</b>																	
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	200	6,14	2,88	8,39	0,00	33,69	233,23	124	36,1	149	0,78	51,98	57,98	0,17	0,11	0,52	
Какао с молоком № 306, сб.2021	180	2,95	2,61	2,82	0,00	12,92	85,57	97,71	18,95	82,78	0,52	10,8	19,86	0,01	0,03	0,47	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом №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	
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	
апельсин сб.2021г.	210	1,56	0,00	0,35	0,35	17,84	77,06	58,91	22,52	39,85	0,52	0	13,86	0,35	0,07	104	
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>22,57</b>	<b>12,77</b>	<b>22,88</b>	<b>0,93</b>	<b>105,28</b>	<b>711,59</b>	<b>514,1</b>	<b>123,4</b>	<b>492,2</b>	<b>3,19</b>	<b>138,2</b>	<b>175</b>	<b>1,41</b>	<b>0,36</b>	<b>106</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из белокочанной 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	
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	0,73	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	
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	
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>32,26</b>	<b>16,02</b>	<b>30,95</b>	<b>8,08</b>	<b>129,40</b>	<b>912,03</b>	<b>177,2</b>	<b>104,9</b>	<b>346,4</b>	<b>7,62</b>	<b>71,44</b>	<b>637,21</b>	<b>8,11</b>	<b>0,33</b>	<b>39,26</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>54,84</b>	<b>28,80</b>	<b>53,82</b>	<b>9,01</b>	<b>234,68</b>	<b>1623,62</b>	<b>691,2</b>	<b>228,3</b>	<b>838,6</b>	<b>10,8</b>	<b>209,7</b>	<b>812,21</b>	<b>9,52</b>	<b>0,69</b>	<b>145,3</b>	

Завпроизводством:

*Ж.т.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*К.*

(Кузьмина О.В.)