

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



**МЕНЮ на 13.03.2023г. 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	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.пк.2014г.	200	7,51	2,81	10,15	2,33	34,14	252,51	139,1	55,93	209,4	1,59	61,31	67,66	0,81	0,2	0,51	
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	
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	
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>16,06</b>	<b>5,91</b>	<b>21,84</b>	<b>3,11</b>	<b>100,07</b>	<b>650,36</b>	<b>273,7</b>	<b>95,51</b>	<b>354,7</b>	<b>5,7</b>	<b>131,1</b>	<b>154,96</b>	<b>1,89</b>	<b>0,34</b>	<b>5,03</b>	
<b>Обед</b>																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 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	
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.- 200/10	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	
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	110/50	29,28	30,45	29,41	0,03	4,10	397,71	27,67	31,05	250,5	2,55	81,41	208,62	0,99	0,1	2,75	
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	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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>38,93</b>	<b>30,68</b>	<b>37,65</b>	<b>0,59</b>	<b>93,92</b>	<b>851,92</b>	<b>122</b>	<b>102,8</b>	<b>396,5</b>	<b>5,9</b>	<b>126,6</b>	<b>654,81</b>	<b>3,96</b>	<b>0,29</b>	<b>32,53</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	
Ватрушки №280, сб. 2021	70	7,42	3,79	5,43	0,22	29,87	197,61	36,81	10,43	79,64	0,66	19,95	36,4	1,14	0,06	0,04	
груша ТК № 5	210	0,63	0,00	0,47	0,47	20,49	79,30	29,72	18,77	25,03	3,6	0	3,13	0,63	0,03	7,82	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>13,79</b>	<b>9,90</b>	<b>11,83</b>	<b>0,69</b>	<b>59,37</b>	<b>388,16</b>	<b>289</b>	<b>54,86</b>	<b>269,7</b>	<b>4,44</b>	<b>45,23</b>	<b>85,89</b>	<b>1,77</b>	<b>0,15</b>	<b>8,96</b>	
<b>Ужин</b>																	
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6	
Зразы "Школьные" №105, сб.2021	100	12,69	10,70	16,64	0,00	13,92	253,29	24,87	27,42	145,6	1,7	61,77	79,24	1,86	0,06	0,58	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,00	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	
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>17,91</b>	<b>10,76</b>	<b>26,13</b>	<b>0,28</b>	<b>60,28</b>	<b>538,34</b>	<b>66,76</b>	<b>77,28</b>	<b>275,7</b>	<b>3,83</b>	<b>104,3</b>	<b>478,28</b>	<b>2,57</b>	<b>0,24</b>	<b>18,69</b>	
<b>второй ужин</b>																	
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	
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 '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>93,53</b>	<b>61,51</b>	<b>102,48</b>	<b>5,00</b>	<b>336,39</b>	<b>2594,68</b>	<b>935,3</b>	<b>361,8</b>	<b>1465</b>	<b>20,7</b>	<b>436,7</b>	<b>1406,93</b>	<b>10,62</b>	<b>1,12</b>	<b>66,24</b>	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 13.03.2023г. 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	РD,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.	240	9,01	3,38	12,18	2,79	40,96	303,01	166,9	67,12	251,3	1,91	73,57	81,19	0,98	0,23	0,61		
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 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>17,56</b>	<b>6,47</b>	<b>23,87</b>	<b>3,58</b>	<b>106,90</b>	<b>700,87</b>	<b>301,5</b>	<b>106,7</b>	<b>396,6</b>	<b>6,02</b>	<b>143,4</b>	<b>168,49</b>	<b>2,06</b>	<b>0,38</b>	<b>5,13</b>		
<b>Обед</b>																		
помидоры свежие урожай 2023 года 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		
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		
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92		
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		
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18		
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>42,76</b>	<b>32,64</b>	<b>41,37</b>	<b>0,73</b>	<b>106,23</b>	<b>948,45</b>	<b>138,1</b>	<b>116,4</b>	<b>442,5</b>	<b>6,72</b>	<b>142,3</b>	<b>748,7</b>	<b>4,43</b>	<b>0,34</b>	<b>40,11</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		
Ватрушки №280, сб. 2021	70	7,42	3,79	5,43	0,22	29,87	197,61	36,81	10,43	79,64	0,66	19,95	36,4	1,14	0,06	0,04		
груша ТК № 5	210	0,63	0,00	0,47	0,47	20,49	79,30	29,72	18,77	25,03	3,6	0	3,13	0,63	0,03	7,82		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>13,79</b>	<b>9,90</b>	<b>11,83</b>	<b>0,69</b>	<b>59,37</b>	<b>388,16</b>	<b>289</b>	<b>54,86</b>	<b>269,7</b>	<b>4,44</b>	<b>45,23</b>	<b>85,89</b>	<b>1,77</b>	<b>0,15</b>	<b>8,96</b>		
<b>Ужин</b>																		
огурцы свежие порц. ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6		
Зразы "Школьные" №105, сб.2021	110	13,96	11,77	18,30	0,00	15,31	278,62	27,35	30,16	160,2	1,87	67,95	87,16	2,04	0,07	0,63		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,00	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 сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0,03	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>21,87</b>	<b>11,85</b>	<b>29,90</b>	<b>0,54</b>	<b>80,16</b>	<b>666,28</b>	<b>79,92</b>	<b>95,64</b>	<b>330,5</b>	<b>4,79</b>	<b>118,9</b>	<b>564,82</b>	<b>3,18</b>	<b>0,32</b>	<b>21,17</b>		
<b>второй ужин</b>																		
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		
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 '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>102,64</b>	<b>65,97</b>	<b>112,81</b>	<b>5,74</b>	<b>369,83</b>	<b>2854,71</b>	<b>1025</b>	<b>404,8</b>	<b>1624</b>	<b>22,5</b>	<b>485,1</b>	<b>1607,48</b>	<b>11,7</b>	<b>1,27</b>	<b>76,61</b>		

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


Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)


Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



**МЕНЮ на 13.03.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.	200	7,51	2,81	10,15	2,33	34,14	252,51	139,1	55,93	209,4	1,59	61,31	67,66	0,81	0,2	0,51	
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 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	
Печенье овсяное 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	
груша ТК № 5	210	0,63	0,00	0,47	0,47	20,49	79,30	29,72	18,77	25,03	3,6	0	3,13	0,63	0,03	7,82	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,53</b>	<b>5,95</b>	<b>29,58</b>	<b>3,38</b>	<b>123,79</b>	<b>814,94</b>	<b>289,4</b>	<b>106,3</b>	<b>365,8</b>	<b>6,5</b>	<b>131,1</b>	<b>158,08</b>	<b>2,32</b>	<b>0,35</b>	<b>8,85</b>	
Обед																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 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	
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	
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	110/50	29,28	30,45	29,41	0,03	4,10	397,71	27,67	31,05	250,5	2,55	81,41	208,62	0,99	0,1	2,75	
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	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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 подовый "Уньш" №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>40,73</b>	<b>30,68</b>	<b>37,86</b>	<b>0,81</b>	<b>105,77</b>	<b>908,49</b>	<b>126,6</b>	<b>109,6</b>	<b>413,1</b>	<b>6,27</b>	<b>126,6</b>	<b>654,77</b>	<b>4,25</b>	<b>0,32</b>	<b>32,53</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>59,26</b>	<b>36,63</b>	<b>67,44</b>	<b>4,19</b>	<b>229,56</b>	<b>1723,43</b>	<b>416</b>	<b>215,9</b>	<b>778,8</b>	<b>12,8</b>	<b>257,8</b>	<b>812,85</b>	<b>6,57</b>	<b>0,67</b>	<b>41,39</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 13.03.2023г. школа с 12 лет и старше**



	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 овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.	220	8,26	3,10	11,16	2,56	37,55	277,76	153	61,52	230,4	1,75	67,44	74,42	0,9	0,21	0,56	
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 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	
Печенье овсяное 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	
груша ТК № 5	210	0,63	0,00	0,47	0,47	20,49	79,30	29,72	18,77	25,03	3,6	0	3,13	0,63	0,03	7,82	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,28</b>	<b>6,23</b>	<b>30,59</b>	<b>3,62</b>	<b>127,20</b>	<b>840,19</b>	<b>303,3</b>	<b>111,9</b>	<b>386,7</b>	<b>6,66</b>	<b>137,3</b>	<b>164,85</b>	<b>2,4</b>	<b>0,37</b>	<b>8,9</b>	
<b>Обед</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	
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	
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92	
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	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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 подовый "Уныш" №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>45,45</b>	<b>32,64</b>	<b>41,69</b>	<b>1,05</b>	<b>123,90</b>	<b>1032,84</b>	<b>145</b>	<b>126,5</b>	<b>466,9</b>	<b>7,26</b>	<b>142,3</b>	<b>748,63</b>	<b>4,87</b>	<b>0,39</b>	<b>40,11</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>64,73</b>	<b>38,87</b>	<b>72,28</b>	<b>4,67</b>	<b>251,10</b>	<b>1873,03</b>	<b>448,3</b>	<b>238,4</b>	<b>853,6</b>	<b>13,9</b>	<b>279,6</b>	<b>913,48</b>	<b>7,27</b>	<b>0,76</b>	<b>49,01</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)