

Утверждаю

Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басв



**МЕНЮ на 14.02.2023г. 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	РЭ,мгг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,12	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52	
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	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>16,67</b>	<b>11,11</b>	<b>12,84</b>	<b>0,84</b>	<b>77,32</b>	<b>486,58</b>	<b>434,6</b>	<b>65,61</b>	<b>349,6</b>	<b>4,3</b>	<b>70,82</b>	<b>102,05</b>	<b>1,04</b>	<b>0,17</b>	<b>5,18</b>	
<b>Обед</b>																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76	
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200/10	1,87	0,20	4,41	0,08	11,84	92,13	25,57	14,35	51,32	0,53	7,2	174,12	1,62	0,04	6,41	
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13	
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>24,49</b>	<b>17,29</b>	<b>38,38</b>	<b>9,64</b>	<b>83,06</b>	<b>755,01</b>	<b>129,5</b>	<b>112,7</b>	<b>390,9</b>	<b>5,69</b>	<b>28,49</b>	<b>1622,9</b>	<b>11,27</b>	<b>0,27</b>	<b>19,88</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	
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>27,62</b>	<b>24,59</b>	<b>18,66</b>	<b>0,00</b>	<b>70,77</b>	<b>555,89</b>	<b>226,6</b>	<b>39,09</b>	<b>298,9</b>	<b>1,84</b>	<b>118,2</b>	<b>137,43</b>	<b>0,88</b>	<b>0,09</b>	<b>1,46</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	80	1,04	0,00	4,63	0,00	14,22	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52	
Рыба припущенная №79, сб.2021	90	16,63	16,54	2,20	0,00	0,74	88,83	24,71	28,43	161,9	0,62	8,3	83,07	0,46	0,1	0,16	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	150	2,89	0,02	3,59	0,57	23,92	138,40	14,05	31,3	79,63	1,23	21,59	28,43	0,19	0,13	6,05	
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	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,24</b>	<b>16,56</b>	<b>10,64</b>	<b>0,80</b>	<b>68,56</b>	<b>447,64</b>	<b>67,5</b>	<b>79,16</b>	<b>283,6</b>	<b>3,06</b>	<b>29,89</b>	<b>114</b>	<b>3,3</b>	<b>0,27</b>	<b>10,34</b>	
<b>Перед сном</b>																	
Кефир №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 'Перед сном'</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>97,86</b>	<b>73,82</b>	<b>85,55</b>	<b>11,61</b>	<b>322,44</b>	<b>2411,01</b>	<b>1042</b>	<b>328</b>	<b>1491</b>	<b>15,7</b>	<b>276,8</b>	<b>2009,38</b>	<b>16,92</b>	<b>0,9</b>	<b>37,88</b>	

Зав.производством:

*Тар*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*А*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 14.02.2023г. 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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,15	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65		
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	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>17,55</b>	<b>11,83</b>	<b>13,86</b>	<b>0,87</b>	<b>81,02</b>	<b>513,91</b>	<b>461,2</b>	<b>69,96</b>	<b>373,2</b>	<b>4,35</b>	<b>75,24</b>	<b>110,16</b>	<b>1,05</b>	<b>0,18</b>	<b>5,31</b>		
<b>Обед</b>																		
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76		
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	250/10	2,55	0,25	5,71	0,43	14,39	116,83	31	21,68	56,32	0,74	9	217,95	1,95	0,07	8,01		
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46		
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13		
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>26,10</b>	<b>17,48</b>	<b>40,69</b>	<b>10,15</b>	<b>91,99</b>	<b>817,30</b>	<b>143,8</b>	<b>128,1</b>	<b>420,3</b>	<b>6,3</b>	<b>34,54</b>	<b>1675,4</b>	<b>11,71</b>	<b>0,33</b>	<b>23,56</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		
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1		
<b>Итого за "</b>		<b>36,52</b>	<b>32,55</b>	<b>24,67</b>	<b>0,00</b>	<b>85,75</b>	<b>705,35</b>	<b>298,5</b>	<b>51,1</b>	<b>394,8</b>	<b>2,26</b>	<b>156,4</b>	<b>181,49</b>	<b>1,15</b>	<b>0,12</b>	<b>1,61</b>		
<b>Ужин</b>																		
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	80	1,04	0,00	4,63	0,00	14,22	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52		
Рыба припущенная №79, сб.2021	120	22,17	22,05	2,94	0,00	0,98	118,44	32,94	37,91	215,8	0,83	11,07	110,76	0,62	0,13	0,22		
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	28,70	166,08	16,86	37,56	95,55	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26		
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		
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>30,42</b>	<b>22,07</b>	<b>12,36</b>	<b>1,18</b>	<b>87,07</b>	<b>569,08</b>	<b>84,56</b>	<b>103,5</b>	<b>376,2</b>	<b>4,04</b>	<b>36,97</b>	<b>147,38</b>	<b>3,83</b>	<b>0,36</b>	<b>11,6</b>		
<b>Перед сном</b>																		
Кефир №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 'Перед сном'</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>117,26</b>	<b>89,05</b>	<b>97,41</b>	<b>12,40</b>	<b>363,01</b>	<b>2756,60</b>	<b>1204</b>	<b>383,8</b>	<b>1749</b>	<b>17,5</b>	<b>338,5</b>	<b>2154,03</b>	<b>18</b>	<b>1,09</b>	<b>43,31</b>		

Завпроизводством: Жа (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 14.02.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,12	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52		
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		
Печенье сб.2021 ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>17,80</b>	<b>11,14</b>	<b>18,24</b>	<b>0,64</b>	<b>74,58</b>	<b>528,91</b>	<b>420,6</b>	<b>57,61</b>	<b>335,6</b>	<b>1,5</b>	<b>70,82</b>	<b>102,05</b>	<b>0,84</b>	<b>0,15</b>	<b>1,18</b>		
Обед																		
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76		
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200/10	1,87	0,20	4,41	0,08	11,84	92,13	25,57	14,35	51,32	0,53	7,2	174,12	1,62	0,04	6,41		
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38		
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13		
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>26,30</b>	<b>17,29</b>	<b>38,60</b>	<b>9,85</b>	<b>94,91</b>	<b>811,58</b>	<b>134,1</b>	<b>119,5</b>	<b>407,4</b>	<b>6,06</b>	<b>28,49</b>	<b>1622,86</b>	<b>11,56</b>	<b>0,3</b>	<b>19,88</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>44,10</b>	<b>28,44</b>	<b>56,83</b>	<b>10,50</b>	<b>169,49</b>	<b>1340,49</b>	<b>554,7</b>	<b>177,1</b>	<b>743</b>	<b>7,56</b>	<b>99,31</b>	<b>1724,91</b>	<b>12,4</b>	<b>0,46</b>	<b>21,06</b>		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 14.02.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
																	Ca
Завтрак																	
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,15	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65	
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	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	
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,68</b>	<b>11,87</b>	<b>19,26</b>	<b>0,67</b>	<b>78,29</b>	<b>556,24</b>	<b>447,2</b>	<b>61,96</b>	<b>359,2</b>	<b>1,55</b>	<b>75,24</b>	<b>110,16</b>	<b>0,85</b>	<b>0,16</b>	<b>1,31</b>	
Обед																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76	
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	250/10	2,55	0,25	5,71	0,33	14,39	116,83	31	21,68	56,32	0,74	9	217,95	1,95	0,07	8,01	
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	3,26	277,67	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46	
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13	
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>28,79</b>	<b>17,48</b>	<b>41,01</b>	<b>10,37</b>	<b>109,66</b>	<b>901,69</b>	<b>150,6</b>	<b>138,1</b>	<b>444,7</b>	<b>6,85</b>	<b>34,54</b>	<b>1675,34</b>	<b>12,14</b>	<b>0,38</b>	<b>23,56</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>47,48</b>	<b>29,35</b>	<b>60,27</b>	<b>11,04</b>	<b>187,95</b>	<b>1457,93</b>	<b>597,9</b>	<b>200,1</b>	<b>803,9</b>	<b>8,39</b>	<b>109,8</b>	<b>1785,5</b>	<b>12,99</b>	<b>0,55</b>	<b>24,86</b>	

Завпроизводством:

*ЖА*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Ж*

(Кузьмина О.В.)