

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



**МЕНЮ на 14.11.2022г. 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>																	
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95	
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	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	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>28,11</b>	<b>14,17</b>	<b>24,67</b>	<b>6,53</b>	<b>113,48</b>	<b>764,18</b>	<b>105,2</b>	<b>209,7</b>	<b>447,5</b>	<b>8,32</b>	<b>59,62</b>	<b>340,36</b>	<b>4,29</b>	<b>0,43</b>	<b>9,74</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пирог с рыбными консервами №269, сб. 2021	80	8,22	3,92	7,04	0,00	32,20	224,38	13,3	8,26	44,32	0,6	16,21	4,16	0,17	0,06	0,17	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>14,66</b>	<b>10,03</b>	<b>13,68</b>	<b>0,70</b>	<b>61,51</b>	<b>420,82</b>	<b>263,8</b>	<b>49,67</b>	<b>228,6</b>	<b>4,64</b>	<b>41,49</b>	<b>59,26</b>	<b>0,52</b>	<b>0,17</b>	<b>18,76</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4	
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	90	13,26	12,95	5,22	0,00	2,78	111,01	40,34	27,56	146,2	0,99	65,69	88,44	0,44	0,06	0,49	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
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>24,87</b>	<b>15,22</b>	<b>17,08</b>	<b>0,52</b>	<b>69,50</b>	<b>518,04</b>	<b>197,4</b>	<b>99,49</b>	<b>344,3</b>	<b>3,9</b>	<b>81,29</b>	<b>605,88</b>	<b>6,01</b>	<b>0,29</b>	<b>38,03</b>	
<b>перед сном</b>																	
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>5,22</b>	<b>5,22</b>	<b>5,75</b>	<b>0,00</b>	<b>7,19</b>	<b>104,84</b>	<b>215,8</b>	<b>25,18</b>	<b>170,8</b>	<b>0,18</b>	<b>35,97</b>	<b>40,37</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,26</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>91,98</b>	<b>55,78</b>	<b>77,94</b>	<b>8,48</b>	<b>344,69</b>	<b>2401,12</b>	<b>1236</b>	<b>451</b>	<b>1557</b>	<b>21,5</b>	<b>324,2</b>	<b>1151,04</b>	<b>11,84</b>	<b>1,15</b>	<b>72,98</b>	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 14.11.2022г. 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	ГЭ,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	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>																	
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95	
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>32,08</b>	<b>16,09</b>	<b>28,45</b>	<b>7,44</b>	<b>127,47</b>	<b>867,67</b>	<b>118,6</b>	<b>237,9</b>	<b>512,9</b>	<b>9,45</b>	<b>69,73</b>	<b>408,56</b>	<b>4,92</b>	<b>0,5</b>	<b>11,27</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пирог с рыбными консервами №269, сб. 2021	80	8,22	3,92	7,04	0,00	32,20	224,38	13,3	8,26	44,32	0,6	16,21	4,16	0,17	0,06	0,17	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>14,66</b>	<b>10,03</b>	<b>13,68</b>	<b>0,70</b>	<b>61,51</b>	<b>420,82</b>	<b>263,8</b>	<b>49,67</b>	<b>228,6</b>	<b>4,64</b>	<b>41,49</b>	<b>59,26</b>	<b>0,52</b>	<b>0,17</b>	<b>18,76</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	100	3,21	1,02	6,35	0,00	13,91	122,40	19,88	26,4	73,81	0,91	12	538,04	2,88	0,11	6,74	
Рыба запеченная в омлете №81, сб.2021	120	17,67	17,27	6,96	0,00	3,70	148,01	53,79	36,74	194,9	1,32	87,59	117,92	0,59	0,08	0,65	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
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>30,61</b>	<b>19,74</b>	<b>21,05</b>	<b>0,52</b>	<b>76,67</b>	<b>603,20</b>	<b>230,1</b>	<b>119,5</b>	<b>418,7</b>	<b>4,62</b>	<b>105,6</b>	<b>758,17</b>	<b>7,25</b>	<b>0,34</b>	<b>45,92</b>	
<b>перед сном</b>																	
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>6,26</b>	<b>6,26</b>	<b>6,91</b>	<b>0,00</b>	<b>8,63</b>	<b>125,81</b>	<b>259</b>	<b>30,21</b>	<b>205</b>	<b>0,22</b>	<b>43,16</b>	<b>48,44</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,51</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>102,73</b>	<b>63,26</b>	<b>86,84</b>	<b>9,38</b>	<b>367,29</b>	<b>2610,73</b>	<b>1326</b>	<b>504,2</b>	<b>1731</b>	<b>23,4</b>	<b>365,8</b>	<b>1379,6</b>	<b>13,71</b>	<b>1,28</b>	<b>82,65</b>	

Заготовлено: Р.М. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра О.В. (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 14.11.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48	
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	
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,73</b>	<b>16,07</b>	<b>21,52</b>	<b>0,52</b>	<b>76,55</b>	<b>590,00</b>	<b>643,2</b>	<b>82,29</b>	<b>511,8</b>	<b>1,85</b>	<b>136,5</b>	<b>141,98</b>	<b>0,82</b>	<b>0,24</b>	<b>2,4</b>	
Обед																	
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95	
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	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>31,62</b>	<b>14,17</b>	<b>25,78</b>	<b>7,65</b>	<b>146,25</b>	<b>916,51</b>	<b>151,4</b>	<b>240,2</b>	<b>497,3</b>	<b>15,3</b>	<b>59,62</b>	<b>349,07</b>	<b>5,13</b>	<b>0,54</b>	<b>31,24</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>54,35</b>	<b>30,24</b>	<b>47,29</b>	<b>8,17</b>	<b>222,79</b>	<b>1506,51</b>	<b>794,6</b>	<b>322,5</b>	<b>1009</b>	<b>17,1</b>	<b>196,2</b>	<b>491,05</b>	<b>5,95</b>	<b>0,77</b>	<b>33,63</b>	

Завпроизводством: Таб (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Кузьмина (Кузьмина О.В.)

