

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 14.12.2022г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Омлет натуральный №234, сб.2021	200	18,52	19,69	29,95	0,00	3,33	356,41	127,2	21,34	282,5	3,17	305,7	509,74	1,06	0,09	0,28		
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		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №4, сб.2021г.	100	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>30,35</b>	<b>26,30</b>	<b>37,34</b>	<b>0,72</b>	<b>62,25</b>	<b>702,33</b>	<b>402,3</b>	<b>63,46</b>	<b>498,7</b>	<b>7,22</b>	<b>352,9</b>	<b>568,34</b>	<b>2,03</b>	<b>0,21</b>	<b>4,67</b>		
<b>Обед</b>																		
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	80	1,47	0,00	3,67	0,00	9,50	72,98	38,83	13,2	24,5	0,86	0	3,56	1,89	0,02	15,64		
Суп картофельный с бобовыми с №67, сб.2021 г	200	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73		
Филе горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	120	10,75	10,10	5,07	0,02	6,55	111,84	21,54	24,56	106	0,61	4,37	7,38	0,66	0,05	2,29		
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	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>28,12</b>	<b>18,33</b>	<b>21,99</b>	<b>1,09</b>	<b>100,10</b>	<b>686,58</b>	<b>124,2</b>	<b>103,1</b>	<b>355,8</b>	<b>5,3</b>	<b>36,98</b>	<b>284,54</b>	<b>3,24</b>	<b>0,37</b>	<b>32,04</b>		
<b>Полдник</b>																		
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		
вафли сб.2021	30	1,40	0,00	1,65	0,00	40,20	172,22	8	5	18	0,75	1	1,5	0,35	0,02	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>2,06</b>	<b>0,00</b>	<b>2,31</b>	<b>0,66</b>	<b>79,32</b>	<b>328,47</b>	<b>34,88</b>	<b>19,85</b>	<b>36,15</b>	<b>4,44</b>	<b>1</b>	<b>9,75</b>	<b>0,68</b>	<b>0,06</b>	<b>16,5</b>		
<b>Ужин</b>																		
Салат "Школьный" №32, сб.2021	80	1,39	0,00	5,92	0,00	7,91	86,07	26,72	16,69	36,27	0,9	0	7,39	3,02	0,03	3,67		
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	250	18,23	14,95	17,32	0,65	33,60	360,66	28,88	57	216,9	2,41	25,06	127,28	2,56	0,11	1,29		
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 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>24,79</b>	<b>16,40</b>	<b>25,16</b>	<b>1,11</b>	<b>76,47</b>	<b>621,42</b>	<b>119,2</b>	<b>94,87</b>	<b>332,1</b>	<b>4,3</b>	<b>31,06</b>	<b>145,67</b>	<b>6,19</b>	<b>0,23</b>	<b>5,22</b>		
<b>второй ужин</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		
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>4,26</b>	<b>4,26</b>	<b>4,70</b>	<b>0,00</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,4</b>	<b>20,58</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>89,58</b>	<b>65,28</b>	<b>91,50</b>	<b>3,58</b>	<b>324,02</b>	<b>2424,49</b>	<b>857</b>	<b>301,9</b>	<b>1362</b>	<b>21,4</b>	<b>451,3</b>	<b>1041,29</b>	<b>12,14</b>	<b>0,92</b>	<b>59,46</b>		

Зав.производством:

*Т.П.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 14.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>Завтрак</b>																
Омлет натуральный №234, сб.2021	220	18,52	19,69	29,95	0,00	3,33	356,41	127,2	21,34	282,5	3,17	305,7	509,74	1,06	0,09	0,28
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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с зерном №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>30,35</b>	<b>26,30</b>	<b>37,34</b>	<b>0,72</b>	<b>62,25</b>	<b>702,33</b>	<b>402,3</b>	<b>63,46</b>	<b>498,7</b>	<b>7,22</b>	<b>352,9</b>	<b>568,34</b>	<b>2,03</b>	<b>0,21</b>	<b>4,67</b>
<b>Обед</b>																
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	80	1,47	0,00	3,67	0,00	9,50	72,98	38,83	13,2	24,5	0,86	0	3,56	1,89	0,02	15,64
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Филе горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	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>25,86</b>	<b>13,55</b>	<b>19,32</b>	<b>1,36</b>	<b>112,30</b>	<b>699,78</b>	<b>140,5</b>	<b>115,7</b>	<b>356,6</b>	<b>5,26</b>	<b>45,16</b>	<b>352,65</b>	<b>3,41</b>	<b>0,44</b>	<b>35,62</b>
<b>Полдник</b>																
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
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>1,50</b>	<b>0,00</b>	<b>1,65</b>	<b>0,66</b>	<b>63,24</b>	<b>259,58</b>	<b>31,68</b>	<b>17,85</b>	<b>28,95</b>	<b>4,14</b>	<b>0,6</b>	<b>9,15</b>	<b>0,54</b>	<b>0,06</b>	<b>16,5</b>
<b>Ужин</b>																
Салат "Школьный" №32, сб.2021	80	1,39	0,00	5,92	0,00	7,91	86,07	26,72	16,69	36,27	0,9	0	7,39	3,02	0,03	3,67
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	250	18,23	14,95	17,32	0,65	33,60	360,66	28,88	57	216,9	2,41	25,06	127,28	2,56	0,11	1,29
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 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>24,79</b>	<b>16,40</b>	<b>25,16</b>	<b>1,11</b>	<b>76,47</b>	<b>621,42</b>	<b>119,2</b>	<b>94,87</b>	<b>332,1</b>	<b>4,3</b>	<b>31,06</b>	<b>145,67</b>	<b>6,19</b>	<b>0,23</b>	<b>5,22</b>
<b>второй ужин</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
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>0,00</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,7</b>	<b>24,7</b>	<b>167,6</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>
<b>Итого за день</b>		<b>87,61</b>	<b>61,36</b>	<b>89,11</b>	<b>3,85</b>	<b>321,32</b>	<b>2385,94</b>	<b>905,4</b>	<b>316,6</b>	<b>1384</b>	<b>21,1</b>	<b>465</b>	<b>1115,41</b>	<b>12,16</b>	<b>0,99</b>	<b>63,25</b>

Запротоном:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 14.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21	
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	
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	
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	
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>22,28</b>	<b>20,48</b>	<b>28,95</b>	<b>0,33</b>	<b>36,59</b>	<b>495,61</b>	<b>332,4</b>	<b>53,46</b>	<b>419,1</b>	<b>3,25</b>	<b>264,7</b>	<b>426,3</b>	<b>1,22</b>	<b>0,18</b>	<b>1,5</b>	
Обед																	
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	80	1,47	0,00	3,67	0,00	9,50	72,98	38,83	13,2	24,5	0,86	0	3,56	1,89	0,02	15,64	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Филе горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	120	10,75	10,10	5,07	0,02	6,55	111,84	21,54	24,56	106	0,61	4,37	7,38	0,66	0,05	2,29	
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	
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.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5	
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>23,84</b>	<b>10,80</b>	<b>17,40</b>	<b>2,16</b>	<b>110,13</b>	<b>672,99</b>	<b>165,5</b>	<b>125,1</b>	<b>339,1</b>	<b>11,1</b>	<b>36,98</b>	<b>292,75</b>	<b>3,9</b>	<b>0,46</b>	<b>52,54</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>46,12</b>	<b>31,28</b>	<b>46,34</b>	<b>2,49</b>	<b>146,72</b>	<b>1168,60</b>	<b>497,9</b>	<b>178,5</b>	<b>758,2</b>	<b>14,4</b>	<b>301,7</b>	<b>719,05</b>	<b>5,13</b>	<b>0,64</b>	<b>54,04</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

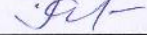
Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92


Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 14.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>Завтрак</b>																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
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
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
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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>23,65</b>	<b>21,34</b>	<b>29,95</b>	<b>0,39</b>	<b>41,13</b>	<b>528,79</b>	<b>369,2</b>	<b>59,73</b>	<b>452,7</b>	<b>3,41</b>	<b>270,6</b>	<b>432,9</b>	<b>1,31</b>	<b>0,2</b>	<b>1,7</b>
<b>Обед</b>																
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	80	1,47	0,00	3,67	0,00	9,50	72,98	38,83	13,2	24,5	0,86	0	3,56	1,89	0,02	15,64
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Филе горбуши, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87
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
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>29,46</b>	<b>13,46</b>	<b>20,46</b>	<b>2,54</b>	<b>128,15</b>	<b>792,67</b>	<b>187,2</b>	<b>148,6</b>	<b>413,1</b>	<b>12,2</b>	<b>45,16</b>	<b>360,84</b>	<b>4,37</b>	<b>0,56</b>	<b>56,12</b>
<b>Итого за день</b>		<b>53,11</b>	<b>34,80</b>	<b>50,41</b>	<b>2,93</b>	<b>169,29</b>	<b>1321,46</b>	<b>556,4</b>	<b>208,4</b>	<b>865,9</b>	<b>15,6</b>	<b>315,8</b>	<b>793,74</b>	<b>5,68</b>	<b>0,75</b>	<b>57,83</b>

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)