

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 15.02.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,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.	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	
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	80	1,40	0,03	3,86	0,00	14,38	95,60	11,83	19,95	38,37	0,39	18,09	903,6	0,28	0,03	0,87	
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>21,45</b>	<b>16,25</b>	<b>28,43</b>	<b>0,66</b>	<b>72,43</b>	<b>624,07</b>	<b>184,8</b>	<b>65,14</b>	<b>343,2</b>	<b>6,55</b>	<b>253,4</b>	<b>1296,9</b>	<b>1,87</b>	<b>0,2</b>	<b>5,34</b>	
<b>Обед</b>																	
Сельдь с луком ТК	70	9,25	9,04	11,40	0,03	1,73	145,48	47,32	23,43	152,6	0,71	10,63	10,85	3,71	0,02	1,54	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,24	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28	
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,29	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99	
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 №1, 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>39,67</b>	<b>34,34</b>	<b>49,52</b>	<b>0,68</b>	<b>83,95</b>	<b>920,60</b>	<b>116,2</b>	<b>91,04</b>	<b>472</b>	<b>4,78</b>	<b>109</b>	<b>460,96</b>	<b>8,5</b>	<b>0,23</b>	<b>11,95</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	
мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>6,54</b>	<b>6,11</b>	<b>6,57</b>	<b>0,64</b>	<b>58,21</b>	<b>305,92</b>	<b>248,1</b>	<b>40,06</b>	<b>182,6</b>	<b>3,7</b>	<b>25,28</b>	<b>54,35</b>	<b>0,32</b>	<b>0,11</b>	<b>17,1</b>	
<b>Ужин</b>																	
Капуста тушенная №148, сб. 2021	60	1,35	0,00	1,92	0,00	6,91	47,35	30,44	10,99	21,76	0,43	0	30,4	1,03	0,02	12,76	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	260	20,35	16,75	22,21	7,80	29,79	397,84	30,64	60,58	274,4	4,09	0	16,8	4,14	0,21	12,53	
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 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>23,84</b>	<b>16,75</b>	<b>24,41</b>	<b>8,09</b>	<b>59,33</b>	<b>544,46</b>	<b>67,36</b>	<b>80,2</b>	<b>318,9</b>	<b>5,06</b>	<b>0</b>	<b>47,2</b>	<b>5,51</b>	<b>0,27</b>	<b>25,29</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	
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>7,80</b>	<b>5,22</b>	<b>6,08</b>	<b>0,33</b>	<b>24,05</b>	<b>185,04</b>	<b>223,3</b>	<b>35,96</b>	<b>199,3</b>	<b>0,83</b>	<b>35,97</b>	<b>40,37</b>	<b>0,43</b>	<b>0,11</b>	<b>1,26</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>99,29</b>	<b>78,67</b>	<b>115,03</b>	<b>10,39</b>	<b>297,96</b>	<b>2580,09</b>	<b>839,8</b>	<b>312,4</b>	<b>1516</b>	<b>20,9</b>	<b>423,7</b>	<b>1899,79</b>	<b>16,64</b>	<b>0,91</b>	<b>60,93</b>	

Зав.производством:

*Ж*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*К*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 15.02.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,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 №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0	
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	80	1,40	0,03	3,86	0,00	14,38	95,60	11,83	19,95	38,37	0,39	18,09	903,6	0,28	0,03	0,87	
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>27,63</b>	<b>21,17</b>	<b>36,12</b>	<b>0,85</b>	<b>83,37</b>	<b>761,29</b>	<b>221,1</b>	<b>76,94</b>	<b>430,9</b>	<b>7,74</b>	<b>329,8</b>	<b>1424,34</b>	<b>2,4</b>	<b>0,25</b>	<b>5,41</b>	
<b>Обед</b>																	
Сельдь с луком ТК	70	9,25	9,04	11,40	0,03	1,73	145,48	47,32	23,43	152,6	0,71	10,63	10,85	3,71	0,02	1,54	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,30	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6	
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,29	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99	
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 №1, 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>48,38</b>	<b>42,71</b>	<b>57,44</b>	<b>0,80</b>	<b>90,03</b>	<b>1050,07</b>	<b>127,9</b>	<b>104,8</b>	<b>557,5</b>	<b>5,79</b>	<b>130,3</b>	<b>538,73</b>	<b>8,86</b>	<b>0,28</b>	<b>13,65</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	
мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>6,54</b>	<b>6,11</b>	<b>6,57</b>	<b>0,64</b>	<b>58,21</b>	<b>305,92</b>	<b>248,1</b>	<b>40,06</b>	<b>182,6</b>	<b>3,7</b>	<b>25,28</b>	<b>54,35</b>	<b>0,32</b>	<b>0,11</b>	<b>17,1</b>	
<b>Ужин</b>																	
Капуста тушенная №148, сб. 2021	80	1,80	0,00	2,56	0,00	9,21	63,14	40,59	14,66	29,02	0,57	0	40,54	1,37	0,02	17,01	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	260	20,35	16,75	22,21	7,80	29,79	397,84	30,64	60,58	274,4	4,09	0	16,8	4,14	0,21	12,53	
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	0,03	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Ужин '</b>		<b>25,83</b>	<b>16,75</b>	<b>25,25</b>	<b>8,28</b>	<b>71,74</b>	<b>608,36</b>	<b>82,02</b>	<b>90,33</b>	<b>343,3</b>	<b>5,6</b>	<b>0</b>	<b>57,33</b>	<b>6,12</b>	<b>0,3</b>	<b>29,54</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	
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>7,81</b>	<b>6,26</b>	<b>7,10</b>	<b>0,20</b>	<b>18,75</b>	<b>173,93</b>	<b>263,5</b>	<b>36,68</b>	<b>222,1</b>	<b>0,61</b>	<b>43,16</b>	<b>48,44</b>	<b>0,26</b>	<b>0,1</b>	<b>1,51</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>116,19</b>	<b>93,00</b>	<b>132,48</b>	<b>10,77</b>	<b>322,11</b>	<b>2899,57</b>	<b>942,6</b>	<b>348,9</b>	<b>1736</b>	<b>23,4</b>	<b>528,6</b>	<b>2123,2</b>	<b>17,96</b>	<b>1,04</b>	<b>67,21</b>	

Завпроизводством:

*Ж*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*н*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 15.02.2023г. 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	A,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	180	1,40	1,31	1,31	0,00	10,22	56,17	47,76	5,48	35,24	0,06	5,4	9,9	0	0,01	0,23	
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	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>23,72</b>	<b>21,29</b>	<b>30,49</b>	<b>0,97</b>	<b>55,32</b>	<b>586,40</b>	<b>392,1</b>	<b>71,84</b>	<b>464</b>	<b>6,8</b>	<b>270,7</b>	<b>440,57</b>	<b>1,54</b>	<b>0,23</b>	<b>17,7</b>	
Обед																	
Сельдь с луком ТК	70	9,25	9,04	11,40	0,03	1,73	145,48	47,32	23,43	152,6	0,71	10,63	10,85	3,71	0,02	1,54	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,24	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28	
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	150	2,74	0,05	11,60	0,24	17,11	180,09	26,35	20,26	49,21	0,84	26,96	143,32	3,09	0,05	3,32	
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 №1, 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>41,18</b>	<b>34,25</b>	<b>47,58</b>	<b>1,05</b>	<b>71,42</b>	<b>869,34</b>	<b>129</b>	<b>101,8</b>	<b>492,7</b>	<b>7,72</b>	<b>103,7</b>	<b>432,26</b>	<b>8,37</b>	<b>0,28</b>	<b>15,29</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>64,89</b>	<b>55,54</b>	<b>78,07</b>	<b>2,01</b>	<b>126,74</b>	<b>1455,73</b>	<b>521</b>	<b>173,6</b>	<b>956,7</b>	<b>14,5</b>	<b>374,3</b>	<b>872,83</b>	<b>9,92</b>	<b>0,51</b>	<b>32,99</b>	

Запроизводством:

*Жа*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Ку*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 15.02.2023г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
ряженка №297 сб. 2021	200	6,95	6,95	7,67	0,00	9,59	139,79	287,7	33,57	227,8	0,24	47,95	53,83	0	0,07	1,68	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>26,13</b>	<b>23,17</b>	<b>32,62</b>	<b>1,03</b>	<b>62,23</b>	<b>643,63</b>	<b>470,8</b>	<b>83</b>	<b>530,5</b>	<b>6,99</b>	<b>283,3</b>	<b>455,13</b>	<b>1,63</b>	<b>0,26</b>	<b>18,15</b>	
<b>Обед</b>																	
Сельдь с луком ТК	70	9,25	9,04	11,40	0,03	1,73	145,48	47,32	23,43	152,6	0,71	10,63	10,85	3,71	0,02	1,54	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,30	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6	
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,29	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99	
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 №1, 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>51,32</b>	<b>42,62</b>	<b>57,92</b>	<b>1,32</b>	<b>86,75</b>	<b>1062,63</b>	<b>148,2</b>	<b>122,9</b>	<b>595,9</b>	<b>9,07</b>	<b>130,3</b>	<b>538,67</b>	<b>9,5</b>	<b>0,35</b>	<b>17,65</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>77,45</b>	<b>65,80</b>	<b>90,54</b>	<b>2,35</b>	<b>148,98</b>	<b>1706,26</b>	<b>619</b>	<b>205,9</b>	<b>1126</b>	<b>16,1</b>	<b>413,6</b>	<b>993,8</b>	<b>11,13</b>	<b>0,62</b>	<b>35,8</b>	

Запроизводством:

*С.А.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*К.*

(Кузьмина О.В.)