

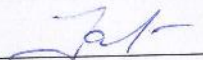
Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92  
Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 16.10.2023г. 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	150	5,40	2,11	6,20	0,00	27,63	180,15	97,49	26,41	133,1	1,34	46,16	26,68	0,04	0,1	0,38		
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	170	0,68	0,00	0,68	0,68	19,72	82,76	27,2	15,3	18,7	3,74	0	8,5	0,34	0,05	17		
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 "</b>		<b>13,17</b>	<b>3,46</b>	<b>17,06</b>	<b>1,47</b>	<b>108,59</b>	<b>623,16</b>	<b>201,1</b>	<b>74,6</b>	<b>254,1</b>	<b>9,13</b>	<b>109,4</b>	<b>110,38</b>	<b>1,46</b>	<b>0,28</b>	<b>21,62</b>		
<b>Обед</b>																		
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	60	0,55	0,00	2,70	0,03	2,16	33,82	24,57	9,42	22,7	0,38	0	57,96	1,51	0,01	4,34		
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96		
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5		
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0		
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>31,68</b>	<b>18,03</b>	<b>19,97</b>	<b>3,99</b>	<b>114,78</b>	<b>738,10</b>	<b>104,3</b>	<b>215,3</b>	<b>475,4</b>	<b>8,03</b>	<b>36,74</b>	<b>324,93</b>	<b>5,64</b>	<b>0,44</b>	<b>9,93</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		
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>13,55</b>	<b>6,78</b>	<b>11,78</b>	<b>0,00</b>	<b>62,27</b>	<b>406,56</b>	<b>246,2</b>	<b>36,76</b>	<b>228,5</b>	<b>1,03</b>	<b>52,17</b>	<b>95,59</b>	<b>1,14</b>	<b>0,15</b>	<b>1,13</b>		
<b>Ужин</b>																		
помидоры свежие порц. ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15		
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	120	17,76	17,36	6,74	0,00	3,70	146,31	44,33	22,35	178,6	1,11	87,59	117,92	1,18	0,07	1,14		
Картофель, тушеный с луком, сб. 2021б/с	180	3,96	0,00	12,94	0,71	33,36	261,03	28,64	41,23	113,4	1,73	0	5,4	4,4	0,17	14,98		
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>24,52</b>	<b>17,36</b>	<b>20,07</b>	<b>1,11</b>	<b>62,81</b>	<b>522,17</b>	<b>87,64</b>	<b>84,21</b>	<b>330,4</b>	<b>3,92</b>	<b>87,59</b>	<b>203,12</b>	<b>6,35</b>	<b>0,32</b>	<b>31,12</b>		
<b>второй ужин</b>																		
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 '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>89,75</b>	<b>49,89</b>	<b>73,92</b>	<b>6,90</b>	<b>371,19</b>	<b>2455,89</b>	<b>823,2</b>	<b>442,2</b>	<b>1456</b>	<b>22,9</b>	<b>315,3</b>	<b>767,02</b>	<b>15,03</b>	<b>1,28</b>	<b>64,83</b>		

Зав.производством:

 (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

 (Кузьмина О.В.)

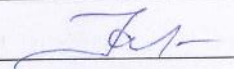
Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92  
 Б.Р.Баев



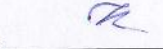
**МЕНЮ на 16.10.2023г. интернат с 12 лет и старше**

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>																		
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	200	7,20	2,81	8,26	0,00	36,83	240,19	130	35,22	177,5	1,78	61,55	35,57	0,05	0,13	0,51		
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	3,28	0,05	8,67	0,59	20,51	168,02	18,33	23,03	79,28	1,93	57,82	65,8	0,8	0,09	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	170	0,68	0,00	0,68	0,68	19,72	82,76	27,2	15,3	18,7	3,74	0	8,5	0,34	0,05	17		
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>13,71</b>	<b>4,31</b>	<b>19,27</b>	<b>1,47</b>	<b>109,02</b>	<b>639,85</b>	<b>242,6</b>	<b>87,64</b>	<b>328,6</b>	<b>10,3</b>	<b>125,4</b>	<b>120,87</b>	<b>1,39</b>	<b>0,31</b>	<b>21,77</b>		
<b>Обед</b>																		
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	100	0,91	0,00	4,51	0,04	3,60	56,36	40,95	15,71	37,83	0,63	0	96,6	2,51	0,02	7,24		
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,52	5,80	0,62	0,50	15,18	94,67	19,39	26,97	115	0,88	1,87	5,64	0,47	0,09	4,96		
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	160	15,86	14,26	11,81	3,61	20,06	248,93	17,17	30,62	135,2	1,47	12,08	125,76	2,06	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		
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>36,58</b>	<b>20,08</b>	<b>23,80</b>	<b>4,39</b>	<b>131,56</b>	<b>855,16</b>	<b>130,1</b>	<b>257,6</b>	<b>568,4</b>	<b>9,64</b>	<b>42,66</b>	<b>378,18</b>	<b>7,06</b>	<b>0,53</b>	<b>13,92</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		
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>13,55</b>	<b>6,78</b>	<b>11,78</b>	<b>0,00</b>	<b>62,27</b>	<b>406,56</b>	<b>246,2</b>	<b>36,76</b>	<b>228,5</b>	<b>1,03</b>	<b>52,17</b>	<b>95,59</b>	<b>1,14</b>	<b>0,15</b>	<b>1,13</b>		
<b>Ужин</b>																		
помидоры свежие порц.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		
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	150	22,20	21,70	8,42	0,00	4,63	182,89	55,42	27,94	223,3	1,39	109,5	147,4	1,47	0,09	1,43		
Картофель, тушеный с луком, сб. 2021б/с	180	3,96	0,00	12,94	0,71	33,36	261,03	28,64	41,23	113,4	1,73	0	5,4	4,4	0,17	14,98		
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		
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>30,43</b>	<b>21,70</b>	<b>21,97</b>	<b>1,32</b>	<b>72,56</b>	<b>601,20</b>	<b>107,3</b>	<b>102,1</b>	<b>396,8</b>	<b>4,82</b>	<b>109,5</b>	<b>285,8</b>	<b>7,09</b>	<b>0,38</b>	<b>41,41</b>		
<b>второй ужин</b>																		
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	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>7,70</b>	<b>5,12</b>	<b>5,97</b>	<b>0,33</b>	<b>23,91</b>	<b>183,04</b>	<b>219,2</b>	<b>35,48</b>	<b>196</b>	<b>0,83</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0,43</b>	<b>0,11</b>	<b>1,23</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>101,96</b>	<b>57,99</b>	<b>82,79</b>	<b>7,51</b>	<b>399,32</b>	<b>2685,80</b>	<b>945,4</b>	<b>519,6</b>	<b>1718</b>	<b>26,6</b>	<b>365</b>	<b>920,04</b>	<b>17,12</b>	<b>1,47</b>	<b>79,46</b>		

Запроизводством:

 (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

 (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

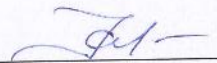


Б.Р.Баев


**МЕНЮ на 16.10.2023г. 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	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	150	5,40	2,11	6,20	0,00	27,63	180,15	97,49	26,41	133,1	1,34	46,16	26,68	0,04	0,1	0,38	
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 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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	170	0,68	0,00	0,68	0,68	19,72	82,76	27,2	15,3	18,7	3,74	0	8,5	0,34	0,05	17	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>12,32</b>	<b>3,61</b>	<b>17,00</b>	<b>1,27</b>	<b>89,12</b>	<b>542,92</b>	<b>192,5</b>	<b>67,21</b>	<b>244</b>	<b>6,34</b>	<b>110</b>	<b>111,48</b>	<b>1,26</b>	<b>0,26</b>	<b>17,64</b>	
Обед																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	60	0,55	0,00	2,70	0,03	2,16	33,82	24,57	9,42	22,7	0,38	0	57,96	1,51	0,01	4,34	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	140	13,88	12,47	10,33	3,16	17,55	217,82	15,03	26,79	118,3	1,29	10,57	110,04	1,8	0,06	1,4	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0	
Компот из кураги №310, сб.2021	180	0,90	0,00	0,05	0,05	29,31	111,15	27,62	17,06	22,73	0,59	0	104,94	0,99	0,01	0,12	
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>32,39</b>	<b>17,14</b>	<b>19,44</b>	<b>3,97</b>	<b>122,12</b>	<b>766,77</b>	<b>104,8</b>	<b>218,3</b>	<b>481</b>	<b>8,24</b>	<b>35,99</b>	<b>305,37</b>	<b>5,7</b>	<b>0,47</b>	<b>9,82</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>44,72</b>	<b>20,75</b>	<b>36,45</b>	<b>5,24</b>	<b>211,24</b>	<b>1309,69</b>	<b>297,2</b>	<b>285,5</b>	<b>724,9</b>	<b>14,6</b>	<b>146</b>	<b>416,85</b>	<b>6,96</b>	<b>0,73</b>	<b>27,46</b>	

Завпроизводством:

 (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

 (Кузьмина О.В.)

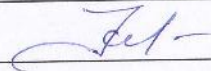
Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 16.10.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																	
Каша пшеничная молочная жидкая №209, сб. 2021	180	6,48	2,53	7,44	0,00	33,15	216,17	117	31,7	159,7	1,6	55,39	32,01	0,05	0,12	0,46	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	170	0,68	0,00	0,68	0,68	19,72	82,76	27,2	15,3	18,7	3,74	0	8,5	0,34	0,05	17	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>13,40</b>	<b>4,03</b>	<b>18,24</b>	<b>1,27</b>	<b>94,65</b>	<b>578,95</b>	<b>212</b>	<b>72,49</b>	<b>270,6</b>	<b>6,61</b>	<b>119,2</b>	<b>116,81</b>	<b>1,27</b>	<b>0,28</b>	<b>17,72</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	100	0,91	0,00	4,51	0,04	3,60	56,36	40,95	15,71	37,83	0,63	0	96,6	2,51	0,02	7,24	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,52	5,80	0,62	0,50	15,18	94,67	19,39	26,97	115	0,88	1,87	5,64	0,47	0,09	4,96	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	160	15,86	14,26	11,81	3,61	20,06	248,93	17,17	30,62	135,2	1,47	12,08	125,76	2,06	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	
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>39,27</b>	<b>20,08</b>	<b>24,12</b>	<b>4,71</b>	<b>149,23</b>	<b>939,55</b>	<b>137</b>	<b>267,6</b>	<b>592,8</b>	<b>10,2</b>	<b>42,66</b>	<b>378,12</b>	<b>7,49</b>	<b>0,58</b>	<b>13,92</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>52,68</b>	<b>24,11</b>	<b>42,36</b>	<b>5,98</b>	<b>243,88</b>	<b>1518,50</b>	<b>348,9</b>	<b>340,1</b>	<b>863,4</b>	<b>16,8</b>	<b>161,9</b>	<b>494,93</b>	<b>8,76</b>	<b>0,86</b>	<b>31,64</b>	

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)