

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

**МЕНЮ на 17.01.2024г. 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>																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	160	13,85	13,51	21,00	0,00	5,35	262,76	96,8	22,93	220,5	2,36	201,4	49,75	0,08	0,12	2,63	
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.	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
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>21,25</b>	<b>14,96</b>	<b>23,89</b>	<b>1,44</b>	<b>85,15</b>	<b>627,59</b>	<b>205</b>	<b>70,5</b>	<b>339</b>	<b>10</b>	<b>207</b>	<b>69,75</b>	<b>1,33</b>	<b>0,29</b>	<b>24,9</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	60	1,29	0,00	2,71	0,00	7,59	56,51	36,07	12,37	22,64	0,45	0	142,01	1,47	0,02	12,99	
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200	1,78	0,19	4,20	0,00	11,28	87,74	24,36	13,67	48,87	0,51	6,86	165,83	1,54	0,04	6,1	
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07	
Ризотто ТК № 381сб.Онищенко ГГ	150	4,15	0,00	12,32	12,32	41,91	293,75	12,86	34,92	90,28	0,76	0	496,5	5,65	0,06	6,02	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
Хлеб подовый "Уныш" №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>29,92</b>	<b>15,89</b>	<b>35,80</b>	<b>12,56</b>	<b>107,35</b>	<b>849,69</b>	<b>132</b>	<b>113</b>	<b>344</b>	<b>5,2</b>	<b>14,5</b>	<b>1140</b>	<b>10,6</b>	<b>0,17</b>	<b>25,4</b>	
<b>Полдник</b>																	
Салат из свеклы с изюмом №26, 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	
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	100	9,26	0,00	3,53	3,53	97,18	448,41	33,19	42,47	104,7	3,03	0	0	2,04	0,19	0,26	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>14,38</b>	<b>5,12</b>	<b>9,17</b>	<b>3,53</b>	<b>104,23</b>	<b>551,25</b>	<b>245</b>	<b>67,2</b>	<b>272</b>	<b>3,2</b>	<b>35,3</b>	<b>39,6</b>	<b>2,04</b>	<b>0,25</b>	<b>1,5</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	60	0,78	0,00	3,47	0,00	10,66	72,85	14,42	8,44	16,57	0,54	0	0,98	1,77	0	0,39	
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	220	9,52	1,59	13,14	0,69	35,64	295,44	49,06	45,87	136	2,16	57,25	114,36	0,58	0,18	20,67	
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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>17,86</b>	<b>4,68</b>	<b>28,10</b>	<b>1,28</b>	<b>91,64</b>	<b>679,66</b>	<b>184</b>	<b>85,9</b>	<b>284</b>	<b>4</b>	<b>127</b>	<b>202,6</b>	<b>3,23</b>	<b>0,31</b>	<b>21,6</b>	
<b>второй ужин</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	
конфеты шоколадные сб.2021	80	1,20	0,00	5,76	0,00	65,44	305,31	14,4	21,6	32,8	1,28	0	0	0	0,01	0	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,94</b>	<b>6,11</b>	<b>11,69</b>	<b>0,00</b>	<b>74,45</b>	<b>416,56</b>	<b>237</b>	<b>47,3</b>	<b>198</b>	<b>1,5</b>	<b>25,3</b>	<b>46,35</b>	<b>0</b>	<b>0,07</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>90,35</b>	<b>46,75</b>	<b>####</b>	<b>18,81</b>	<b>462,83</b>	<b>3124,75</b>	<b>1003</b>	<b>384</b>	<b>1437</b>	<b>24</b>	<b>410</b>	<b>1498</b>	<b>17,2</b>	<b>1,09</b>	<b>74,4</b>	

Зав.производством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 17.01.2024г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>Завтрак</b>																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
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>24,01</b>	<b>16,65</b>	<b>26,65</b>	<b>1,57</b>	<b>92,56</b>	<b>692,51</b>	<b>219,8</b>	<b>77,65</b>	<b>377,8</b>	<b>10,8</b>	<b>232,6</b>	<b>75,97</b>	<b>1,51</b>	<b>0,33</b>	<b>25,22</b>
<b>Обед</b>																
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	100	2,15	0,00	4,51	0,00	12,65	94,19	60,12	20,61	37,74	0,76	0	236,68	2,45	0,03	21,65
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	250	2,23	0,24	5,25	0,00	14,10	109,68	30,45	17,09	61,09	0,63	8,57	207,29	1,93	0,04	7,63
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	120	24,99	18,83	19,60	0,00	4,31	292,90	20,71	23,67	161,1	2,54	9,18	261,6	0,63	0,04	0,08
Ризотто ТК № 381сб.Онищенко ГГ	180	4,98	0,00	14,78	14,78	50,29	352,50	15,43	41,9	108,3	0,91	0	595,8	6,77	0,07	7,23
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
Хлеб пшеничный "Уныш" №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>36,54</b>	<b>19,07</b>	<b>44,45</b>	<b>15,08</b>	<b>126,37</b>	<b>1026,34</b>	<b>170,1</b>	<b>138,3</b>	<b>423,9</b>	<b>6,36</b>	<b>17,75</b>	<b>1419,11</b>	<b>13,27</b>	<b>0,22</b>	<b>36,76</b>
<b>Полдник</b>																
Салат из свеклы с изюмом №26, 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
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	100	9,26	0,00	3,53	3,53	97,18	448,41	33,19	42,47	104,7	3,03	0	0	2,04	0,19	0,26
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>14,38</b>	<b>5,12</b>	<b>9,17</b>	<b>3,53</b>	<b>104,23</b>	<b>551,25</b>	<b>244,9</b>	<b>67,16</b>	<b>272,2</b>	<b>3,21</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>2,04</b>	<b>0,25</b>	<b>1,5</b>
<b>Ужин</b>																
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	100	1,31	0,00	5,78	0,00	17,77	121,42	24,03	14,07	27,62	0,9	0	1,63	2,94	0,01	0,65
запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	220	9,52	1,59	13,14	0,69	35,64	295,44	49,06	45,87	136	2,16	57,25	114,36	0,58	0,18	20,67
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	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
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
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>18,38</b>	<b>4,68</b>	<b>30,42</b>	<b>1,28</b>	<b>98,75</b>	<b>728,23</b>	<b>193,7</b>	<b>91,53</b>	<b>294,9</b>	<b>4,37</b>	<b>127,1</b>	<b>203,3</b>	<b>4,4</b>	<b>0,31</b>	<b>21,84</b>
<b>второй ужин</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
конфеты шоколадные сб.2021	80	1,20	0,00	5,76	0,00	65,44	305,31	14,4	21,6	32,8	1,28	0	0	0,01	0	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,94</b>	<b>6,11</b>	<b>11,69</b>	<b>0,00</b>	<b>74,45</b>	<b>416,56</b>	<b>236,9</b>	<b>47,26</b>	<b>197,8</b>	<b>1,46</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0</b>	<b>0,07</b>	<b>1,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>100,26</b>	<b>51,63</b>	<b>122,37</b>	<b>21,46</b>	<b>496,37</b>	<b>3414,90</b>	<b>1065</b>	<b>421,9</b>	<b>1567</b>	<b>26,2</b>	<b>438</b>	<b>1784,33</b>	<b>21,23</b>	<b>1,17</b>	<b>86,42</b>

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 17.01.2024г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	160	13,85	13,51	21,00	0,00	5,35	262,76	96,8	22,93	220,5	2,36	201,4	49,75	0,08	0,12	2,63	
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.	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	
конфеты шоколадные сб.2021	80	1,20	0,00	5,76	0,00	65,44	305,31	14,4	21,6	32,8	1,28	0	0	0	0,01	0	
снежок №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>22,93</b>	<b>19,23</b>	<b>33,17</b>	<b>0,26</b>	<b>101,51</b>	<b>780,34</b>	<b>346,7</b>	<b>79,82</b>	<b>454,8</b>	<b>4,38</b>	<b>236,8</b>	<b>93,75</b>	<b>0,42</b>	<b>0,23</b>	<b>3,92</b>	
Обед																	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	60	1,29	0,00	2,71	0,00	7,59	56,51	36,07	12,37	22,64	0,45	0	142,01	1,47	0,02	12,99	
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200	1,78	0,19	4,20	0,00	11,28	87,74	24,36	13,67	48,87	0,51	6,86	165,83	1,54	0,04	6,1	
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07	
Ризотто ТК № 381 сб.Онищенко ГГ	150	4,15	0,00	12,32	12,32	41,91	293,75	12,86	34,92	90,28	0,76	0	496,5	5,65	0,06	6,02	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0	
Хлеб подовый "Уныш" №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.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>31,41</b>	<b>15,89</b>	<b>36,61</b>	<b>13,36</b>	<b>133,34</b>	<b>961,81</b>	<b>162,6</b>	<b>132,1</b>	<b>368,9</b>	<b>9,23</b>	<b>14,51</b>	<b>1148,99</b>	<b>11,08</b>	<b>0,24</b>	<b>43,36</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>54,34</b>	<b>35,11</b>	<b>69,78</b>	<b>13,63</b>	<b>234,85</b>	<b>1742,15</b>	<b>509,3</b>	<b>211,9</b>	<b>823,8</b>	<b>13,6</b>	<b>251,3</b>	<b>1242,75</b>	<b>11,5</b>	<b>0,47</b>	<b>47,28</b>	

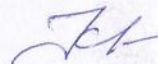

Завпроизводством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 17.01.2024г. 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>																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
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
конфеты шоколадные сб.2021	80	1,20	0,00	5,76	0,00	65,44	305,31	14,4	21,6	32,8	1,28	0	0	0	0,01	0
снежок №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>27,06</b>	<b>21,77</b>	<b>36,93</b>	<b>0,46</b>	<b>113,47</b>	<b>878,44</b>	<b>398,6</b>	<b>93,27</b>	<b>527,4</b>	<b>5,09</b>	<b>267,9</b>	<b>106,57</b>	<b>0,69</b>	<b>0,28</b>	<b>4,45</b>
<b>Обед</b>																
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	100	2,15	0,00	4,51	0,00	12,65	94,19	60,12	20,61	37,74	0,76	0	236,68	2,45	0,03	21,65
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	250	2,23	0,24	5,25	0,00	14,10	109,68	30,45	17,09	61,09	0,63	8,57	207,29	1,93	0,04	7,63
Бефстроганов из отварного мяса №94, сб.2021	120	24,99	18,83	19,60	0,00	4,31	292,90	20,71	23,67	161,1	2,54	9,18	261,6	0,63	0,04	0,08
Ризотто ТК № 381 сб.Онищенко ГТ	180	4,98	0,00	14,78	14,78	50,29	352,50	15,43	41,9	108,3	0,91	0	595,8	6,77	0,07	7,23
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
Хлеб подовый "Уныш" №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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>39,84</b>	<b>19,07</b>	<b>45,49</b>	<b>16,13</b>	<b>164,11</b>	<b>1194,16</b>	<b>206,4</b>	<b>165,3</b>	<b>472,1</b>	<b>11</b>	<b>17,75</b>	<b>1428,11</b>	<b>14,06</b>	<b>0,33</b>	<b>54,76</b>
<b>Итого за день</b>		<b>66,90</b>	<b>40,84</b>	<b>82,43</b>	<b>16,59</b>	<b>277,58</b>	<b>2072,61</b>	<b>604,9</b>	<b>258,6</b>	<b>999,5</b>	<b>16,1</b>	<b>285,6</b>	<b>1534,68</b>	<b>14,76</b>	<b>0,61</b>	<b>59,22</b>

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.) Медсестра  (Кузьмина О.В.)