

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



**МЕНЮ на 17.11.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
																	всего	в т.ч. жив.
<b>Завтрак</b>																		
Запеканка из творога №239 сб. 2021	180/20	33,98	30,63	23,85	0,00	52,04	558,98	330,6	50,04	398,2	1,27	148,9	171,27	1,03	0,12	0,66		
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 №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		
Салат из моркови №17	80	0,86	0,00	7,09	0,00	8,14	96,12	16,79	23,27	33,83	0,44	0	1408	3,8	0,03	1,41		
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>42,83</b>	<b>33,67</b>	<b>34,48</b>	<b>0,72</b>	<b>122,66</b>	<b>960,66</b>	<b>465,3</b>	<b>102,7</b>	<b>555,8</b>	<b>2,86</b>	<b>160,9</b>	<b>1601,27</b>	<b>5,52</b>	<b>0,26</b>	<b>2,59</b>		
<b>Обед</b>																		
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07		
Свекольник №70 сб.2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97		
Куры отварные, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58		
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0		
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	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>29,35</b>	<b>20,63</b>	<b>30,64</b>	<b>0,14</b>	<b>110,46</b>	<b>818,06</b>	<b>83,72</b>	<b>91,33</b>	<b>326,6</b>	<b>4,66</b>	<b>91,04</b>	<b>791,66</b>	<b>3,31</b>	<b>0,18</b>	<b>10,62</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		
апельсин сб.2021г.	270	2,00	0,00	0,45	0,45	22,94	99,08	75,74	28,96	51,23	0,67	0	17,82	0,45	0,09	133,7		
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		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,91</b>	<b>6,11</b>	<b>6,38</b>	<b>0,45</b>	<b>62,59</b>	<b>327,11</b>	<b>298,2</b>	<b>54,62</b>	<b>216,2</b>	<b>0,85</b>	<b>25,28</b>	<b>64,17</b>	<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>134,8</b>		
<b>Ужин</b>																		
Салат из свеклы с солеными огурцами №28, сб.2021	80	1,09	0,00	4,09	0,00	7,69	67,74	25,53	15,03	29,19	0,93	0	1,91	2,09	0,01	3,09		
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	200	14,28	12,70	17,29	6,71	16,03	273,04	34,57	41,17	171,1	2,53	5,95	686	3,43	0,09	10,38		
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 №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 'Ужин'</b>		<b>19,50</b>	<b>14,15</b>	<b>23,16</b>	<b>7,03</b>	<b>51,93</b>	<b>483,38</b>	<b>120,7</b>	<b>73,07</b>	<b>267,9</b>	<b>4,18</b>	<b>11,95</b>	<b>698,91</b>	<b>5,96</b>	<b>0,17</b>	<b>13,73</b>		
<b>второй ужин</b>																		
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 '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>103,85</b>	<b>78,82</b>	<b>99,37</b>	<b>8,35</b>	<b>353,52</b>	<b>2674,92</b>	<b>1144</b>	<b>342,3</b>	<b>1506</b>	<b>12,7</b>	<b>318,6</b>	<b>3189,02</b>	<b>15,23</b>	<b>0,81</b>	<b>162,7</b>		

Зав.производством:

*Л.Р.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*М.*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 17.11.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	200/25	37,38	33,69	26,24	0,00	57,24	614,88	363,7	55,04	438	1,4	163,8	188,4	1,13	0,13	0,72	
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 №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	
Салат из моркови №17	80	0,86	0,00	7,09	0,00	8,14	96,12	16,79	23,27	33,83	0,44	0	1408	3,8	0,03	1,41	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>47,26</b>	<b>36,73</b>	<b>37,00</b>	<b>0,85</b>	<b>134,60</b>	<b>1048,64</b>	<b>501,3</b>	<b>112,1</b>	<b>607</b>	<b>3,25</b>	<b>175,8</b>	<b>1618,4</b>	<b>5,8</b>	<b>0,29</b>	<b>2,65</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34	
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92	
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0	
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	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>40,69</b>	<b>32,65</b>	<b>44,99</b>	<b>0,21</b>	<b>119,43</b>	<b>1025,72</b>	<b>109,9</b>	<b>115,6</b>	<b>468,6</b>	<b>6,27</b>	<b>129,4</b>	<b>989,67</b>	<b>4,22</b>	<b>0,25</b>	<b>14,23</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	
апельсин сб.2021г.	270	2,00	0,00	0,45	0,45	22,94	99,08	75,74	28,96	51,23	0,67	0	17,82	0,45	0,09	133,7	
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	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,91</b>	<b>6,11</b>	<b>6,38</b>	<b>0,45</b>	<b>62,59</b>	<b>327,11</b>	<b>298,2</b>	<b>54,62</b>	<b>216,2</b>	<b>0,85</b>	<b>25,28</b>	<b>64,17</b>	<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>134,8</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из свеклы с солеными огурцами №28, сб.2021	80	1,09	0,00	4,09	0,00	7,69	67,74	25,53	15,03	29,19	0,93	0	1,91	2,09	0,01	3,09	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>25,65</b>	<b>17,33</b>	<b>27,81</b>	<b>9,04</b>	<b>72,80</b>	<b>631,84</b>	<b>136,8</b>	<b>94,15</b>	<b>339,1</b>	<b>5,47</b>	<b>13,43</b>	<b>870,42</b>	<b>7,25</b>	<b>0,25</b>	<b>16,33</b>	
<b>второй ужин</b>																	
снежок №297 сб. 2021	175	4,97	4,97	5,49	0,00	6,86	99,98	205,8	24,01	162,9	0,17	34,3	38,5	0	0,05	1,2	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>4,97</b>	<b>4,97</b>	<b>5,49</b>	<b>0,00</b>	<b>6,86</b>	<b>99,98</b>	<b>205,8</b>	<b>24,01</b>	<b>162,9</b>	<b>0,17</b>	<b>34,3</b>	<b>38,5</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,2</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>126,48</b>	<b>97,80</b>	<b>121,67</b>	<b>10,55</b>	<b>396,28</b>	<b>3133,30</b>	<b>1252</b>	<b>400,5</b>	<b>1794</b>	<b>16</b>	<b>378,2</b>	<b>3581,16</b>	<b>17,7</b>	<b>0,99</b>	<b>169,2</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 17.11.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	200/25	37,38	33,69	26,24	0,00	57,24	614,88	363,7	55,04	438	1,4	163,8	188,4	1,13	0,13	0,72	
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 №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	
Салат из моркови №17	80	0,86	0,00	7,09	0,00	8,14	96,12	16,79	23,27	33,83	0,44	0	1408	3,8	0,03	1,41	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>44,35</b>	<b>36,73</b>	<b>36,54</b>	<b>0,39</b>	<b>131,16</b>	<b>1017,78</b>	<b>495,3</b>	<b>103,4</b>	<b>584,3</b>	<b>2,73</b>	<b>175,8</b>	<b>1618,4</b>	<b>5,45</b>	<b>0,25</b>	<b>2,65</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34	
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
Куры отварные с соусом №132, сб.2021	120/50	31,11	32,35	31,24	0,04	4,35	422,56	29,39	32,99	266,2	2,71	86,5	221,66	1,06	0,1	2,92	
Каша рисовая рассыпчатая №187, сб. 2021	180	4,31	0,02	4,55	0,00	45,55	241,04	5,42	29,7	88,08	0,62	28,7	31,77	0,3	0,04	0	
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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>43,38</b>	<b>32,65</b>	<b>45,31</b>	<b>0,53</b>	<b>137,10</b>	<b>1110,12</b>	<b>116,8</b>	<b>125,7</b>	<b>493</b>	<b>6,81</b>	<b>129,4</b>	<b>989,61</b>	<b>4,65</b>	<b>0,31</b>	<b>14,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>87,74</b>	<b>69,39</b>	<b>81,84</b>	<b>0,92</b>	<b>268,26</b>	<b>2127,90</b>	<b>612,1</b>	<b>229,1</b>	<b>1077</b>	<b>9,54</b>	<b>305,2</b>	<b>2608,01</b>	<b>10,1</b>	<b>0,56</b>	<b>16,88</b>	

Запроизводством: Тар (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)