



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

**МЕНЮ на 19.10.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4	
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	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	
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04	
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>13,76</b>	<b>5,30</b>	<b>20,43</b>	<b>0,79</b>	<b>96,54</b>	<b>614,94</b>	<b>246,1</b>	<b>63,53</b>	<b>246,7</b>	<b>5,28</b>	<b>109,3</b>	<b>115,78</b>	<b>2,52</b>	<b>0,2</b>	<b>5,96</b>	
Обед																	
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	225	15,16	13,92	14,07	0,25	16,00	249,78	23,74	28,92	155,2	1,75	40,29	237,62	0,63	0,1	5,94	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89	
Компот из груш №311, сб. 2021б/с	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
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>32,86</b>	<b>26,78</b>	<b>35,55</b>	<b>13,46</b>	<b>71,52</b>	<b>719,55</b>	<b>138,8</b>	<b>95,52</b>	<b>374,6</b>	<b>5,34</b>	<b>40,29</b>	<b>320,52</b>	<b>9,93</b>	<b>0,22</b>	<b>44,69</b>	
Полдник																	
Пудинг творожный со сгущенкой №243, сб.шк 2021 г.	150	19,72	19,39	12,41	0,14	35,32	329,75	177,7	25,17	212,6	0,62	56,68	108,1	0,53	0,04	0,16	
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	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>25,46</b>	<b>25,50</b>	<b>18,35</b>	<b>0,14</b>	<b>44,34</b>	<b>441,00</b>	<b>400,1</b>	<b>50,84</b>	<b>377,6</b>	<b>0,81</b>	<b>81,96</b>	<b>154,46</b>	<b>0,53</b>	<b>0,11</b>	<b>1,25</b>	
Ужин																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	60	1,12	0,00	4,81	0,00	5,64	67,45	24,11	8,82	21,76	0,41	0	91,8	1,86	0,01	1,47	
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб.2021	300	19,43	16,96	12,31	0,32	27,03	294,39	43,25	11,08	133,3	1,11	42,33	134,13	1,6	0,07	0,06	
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	
Чай №300, сб. 2021-б/с	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,17</b>	<b>16,96</b>	<b>17,33</b>	<b>0,54</b>	<b>42,84</b>	<b>410,56</b>	<b>71,87</b>	<b>26,37</b>	<b>172,1</b>	<b>1,91</b>	<b>42,33</b>	<b>225,93</b>	<b>3,72</b>	<b>0,11</b>	<b>1,53</b>	
второй ужин																	
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	
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>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>101,10</b>	<b>78,80</b>	<b>96,68</b>	<b>15,26</b>	<b>277,97</b>	<b>2351,95</b>	<b>1041</b>	<b>267,6</b>	<b>1339</b>	<b>14,1</b>	<b>303,3</b>	<b>849,69</b>	<b>17,13</b>	<b>0,74</b>	<b>54,46</b>	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.) Медсестра  (Кузьмина О.В.)



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



**МЕНЮ на 19.10.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
																	Ca
<b>Завтрак</b>																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4	
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 с маслом №3, сб.2021г.	100/10	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	
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	90	1,09	0,00	4,10	0,00	11,57	82,68	25,4	14,78	27,59	1,29	0	2,7	2,1	0,01	1,56	
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>14,13</b>	<b>5,30</b>	<b>21,80</b>	<b>0,79</b>	<b>100,40</b>	<b>642,50</b>	<b>254,6</b>	<b>68,45</b>	<b>255,9</b>	<b>5,71</b>	<b>109,3</b>	<b>116,68</b>	<b>3,22</b>	<b>0,21</b>	<b>6,48</b>	
<b>Обед</b>																	
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	275	15,67	13,98	14,49	0,30	19,55	269,60	26,67	32,74	165,8	1,91	42,25	278,42	0,69	0,12	7,14	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Компот из груш №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
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>34,70</b>	<b>26,84</b>	<b>37,03</b>	<b>13,62</b>	<b>81,98</b>	<b>778,89</b>	<b>167,9</b>	<b>112,7</b>	<b>420,6</b>	<b>6,14</b>	<b>42,25</b>	<b>380,58</b>	<b>10,61</b>	<b>0,27</b>	<b>56,27</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пудинг творожный со сгущенкой №243, сб.шк 2021 г.	200	26,29	25,85	16,55	0,19	47,10	439,67	236,9	33,57	283,5	0,83	75,57	144,14	0,7	0,06	0,21	
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	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>32,03</b>	<b>31,96</b>	<b>22,49</b>	<b>0,19</b>	<b>56,11</b>	<b>550,92</b>	<b>459,4</b>	<b>59,23</b>	<b>448,5</b>	<b>1,02</b>	<b>100,9</b>	<b>190,49</b>	<b>0,7</b>	<b>0,12</b>	<b>1,31</b>	
<b>Ужин</b>																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	60	1,12	0,00	4,81	0,00	5,64	67,45	24,11	8,82	21,76	0,41	0	91,8	1,86	0,01	1,47	
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб.2021	300	19,43	16,96	12,31	0,32	27,03	294,39	43,25	11,08	133,3	1,11	42,33	134,13	1,6	0,07	0,06	
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	
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>23,20</b>	<b>16,96</b>	<b>17,46</b>	<b>0,67</b>	<b>49,58</b>	<b>442,63</b>	<b>74,87</b>	<b>30,68</b>	<b>183,5</b>	<b>2,17</b>	<b>42,33</b>	<b>225,93</b>	<b>3,9</b>	<b>0,13</b>	<b>1,53</b>	
<b>второй ужин</b>																	
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	
снежок №297 сб. 2021	175,7	4,99	4,99	5,51	0,00	6,89	100,38	206,6	24,11	163,6	0,17	34,44	38,65	0	0,05	1,21	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,54</b>	<b>4,99</b>	<b>5,71</b>	<b>0,20</b>	<b>17,00</b>	<b>148,50</b>	<b>211,1</b>	<b>30,57</b>	<b>180,6</b>	<b>0,56</b>	<b>34,44</b>	<b>38,65</b>	<b>0,26</b>	<b>0,08</b>	<b>1,21</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>110,60</b>	<b>86,06</b>	<b>104,48</b>	<b>15,46</b>	<b>305,07</b>	<b>2563,44</b>	<b>1168</b>	<b>301,7</b>	<b>1489</b>	<b>15,6</b>	<b>329,2</b>	<b>952,33</b>	<b>18,69</b>	<b>0,81</b>	<b>66,79</b>	

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)







Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 19.10.2023г. 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>																	
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб.2021	300	23,85	1,24	18,11	0,00	27,03	364,25	40,69	11,08	128,9	1,18	52,58	122,01	0,51	0,11	0,06	
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	
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,49	0,00	6,41	0,00	7,52	89,93	32,14	11,76	29,01	0,55	0	122,4	2,48	0,01	1,96	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>31,30</b>	<b>4,28</b>	<b>27,72</b>	<b>0,39</b>	<b>69,69</b>	<b>644,18</b>	<b>187,7</b>	<b>47,96</b>	<b>270,3</b>	<b>2,62</b>	<b>64,58</b>	<b>266,41</b>	<b>3,51</b>	<b>0,22</b>	<b>2,54</b>	
<b>Обед</b>																	
огурцы свежие порц.ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	275	15,67	13,98	14,49	0,30	19,55	269,60	26,67	32,74	165,8	1,91	42,25	278,42	0,69	0,12	7,14	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Компот из груш №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
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>37,39</b>	<b>26,84</b>	<b>37,35</b>	<b>13,94</b>	<b>99,65</b>	<b>863,28</b>	<b>174,8</b>	<b>122,8</b>	<b>445</b>	<b>6,69</b>	<b>42,25</b>	<b>380,51</b>	<b>11,04</b>	<b>0,32</b>	<b>56,27</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>68,69</b>	<b>31,12</b>	<b>65,07</b>	<b>14,33</b>	<b>169,34</b>	<b>1507,46</b>	<b>362,5</b>	<b>170,8</b>	<b>715,4</b>	<b>9,31</b>	<b>106,8</b>	<b>646,92</b>	<b>14,56</b>	<b>0,53</b>	<b>58,81</b>	

Завпроизводством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)