

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басв



**МЕНЮ на 19.12.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
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	
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>16,47</b>	<b>5,76</b>	<b>21,87</b>	<b>0,79</b>	<b>99,51</b>	<b>649,09</b>	<b>276,4</b>	<b>104,4</b>	<b>368,4</b>	<b>6,16</b>	<b>121,3</b>	<b>144,24</b>	<b>1,8</b>	<b>0,34</b>	<b>5,03</b>	
<b>Обед</b>																	
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95	
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021	200/10	1,69	0,21	4,34	0,18	8,37	76,74	47,4	20,14	40,52	0,64	30,88	255,62	0,3	0,04	12,49	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41	
спагетти отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0	
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	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>23,96</b>	<b>14,12</b>	<b>22,28</b>	<b>6,71</b>	<b>93,91</b>	<b>658,30</b>	<b>125,9</b>	<b>77,35</b>	<b>265,4</b>	<b>4,15</b>	<b>59,01</b>	<b>393,43</b>	<b>4,53</b>	<b>0,2</b>	<b>16,85</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	
Печенье овсянос сб.2021ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
мандарины сб.2021г.	180	1,44	0,00	0,36	0,36	16,92	73,08	63	19,8	30,6	0,18	0	18	0,36	0,11	68,4	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,61</b>	<b>6,13</b>	<b>10,03</b>	<b>0,36</b>	<b>37,84</b>	<b>270,21</b>	<b>285,5</b>	<b>45,46</b>	<b>195,6</b>	<b>0,36</b>	<b>25,28</b>	<b>64,35</b>	<b>0,36</b>	<b>0,17</b>	<b>69,5</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	80	1,47	0,00	3,67	0,00	9,50	72,98	38,83	13,2	24,5	0,86	0	3,56	1,89	0,02	15,64	
Суфле рыбное №88, сб.2021	120	16,21	16,86	12,01	0,00	3,38	186,33	40,69	14,44	151,7	0,72	82,14	137,55	1,19	0,05	0,08	
Картофель тушенный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,51	25,01	192,26	23,32	34,99	87,82	1,35	42,48	393,05	0,39	0,13	12,12	
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 лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>24,66</b>	<b>16,92</b>	<b>25,40</b>	<b>0,97</b>	<b>71,03</b>	<b>602,32</b>	<b>116,1</b>	<b>78,45</b>	<b>305,1</b>	<b>3,92</b>	<b>124,6</b>	<b>534,3</b>	<b>4,09</b>	<b>0,28</b>	<b>28,96</b>	
<b>перед сном</b>																	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>0,00</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,3</b>	<b>22,05</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>79,72</b>	<b>48,96</b>	<b>81,78</b>	<b>8,83</b>	<b>310,97</b>	<b>2261,68</b>	<b>986,1</b>	<b>327,7</b>	<b>1274</b>	<b>14,7</b>	<b>344,9</b>	<b>1151,33</b>	<b>10,78</b>	<b>1,03</b>	<b>121,2</b>	

Зав.производством:

*Handwritten signature*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Handwritten signature*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 19.12.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PD,мкг	TD,мг	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	240	9,01	3,38	11,83	0,00	40,96	299,90	166,9	67,12	251,3	1,91	61,8	68,24	0,86	0,23	0,61		
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №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		
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>17,97</b>	<b>6,33</b>	<b>23,84</b>	<b>0,79</b>	<b>106,34</b>	<b>699,07</b>	<b>304,2</b>	<b>115,6</b>	<b>410,3</b>	<b>6,48</b>	<b>131,6</b>	<b>155,62</b>	<b>1,95</b>	<b>0,38</b>	<b>5,13</b>		
<b>Обед</b>																		
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95		
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01		
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	110/60	17,09	15,73	16,12	7,18	20,71	295,67	39,66	30,94	152,4	1,35	15,62	124,16	3,63	0,07	1,6		
спагетти отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0		
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	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>27,66</b>	<b>16,02</b>	<b>25,99</b>	<b>7,63</b>	<b>107,52</b>	<b>759,64</b>	<b>127,3</b>	<b>84,43</b>	<b>305,8</b>	<b>4,73</b>	<b>71,44</b>	<b>402,29</b>	<b>5,11</b>	<b>0,24</b>	<b>16,56</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		
Печенье овсяное сб.2021 ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
мандарины сб.2021г.	180	1,44	0,00	0,36	0,36	16,92	73,08	63	19,8	30,6	0,18	0	18	0,36	0,11	68,4		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>9,32</b>	<b>6,14</b>	<b>11,89</b>	<b>0,36</b>	<b>43,80</b>	<b>313,14</b>	<b>285,5</b>	<b>45,46</b>	<b>195,6</b>	<b>0,36</b>	<b>25,28</b>	<b>64,35</b>	<b>0,36</b>	<b>0,17</b>	<b>69,5</b>		
<b>Ужин</b>																		
Салат из белокочанной капусты с яблоками № 8, сб.2021	80	1,47	0,00	3,67	0,00	9,50	72,98	38,83	13,2	24,5	0,86	0	3,56	1,89	0,02	15,64		
Суфле рыбное №88, сб.2021	120	16,21	16,86	12,01	0,00	3,38	186,33	40,69	14,44	151,7	0,72	82,14	137,55	1,19	0,05	0,08		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54		
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 лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>25,28</b>	<b>16,93</b>	<b>27,24</b>	<b>1,07</b>	<b>76,04</b>	<b>640,77</b>	<b>120,8</b>	<b>85,45</b>	<b>322,7</b>	<b>4,19</b>	<b>133,1</b>	<b>612,91</b>	<b>4,17</b>	<b>0,3</b>	<b>31,38</b>		
<b>перед сном</b>																		
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06		
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>7,23</b>	<b>7,23</b>	<b>2,65</b>	<b>0,00</b>	<b>10,41</b>	<b>98,11</b>	<b>218,7</b>	<b>26,46</b>	<b>167,6</b>	<b>0,18</b>	<b>17,64</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,06</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>87,47</b>	<b>52,66</b>	<b>91,62</b>	<b>9,85</b>	<b>344,10</b>	<b>2510,74</b>	<b>1056</b>	<b>357,4</b>	<b>1402</b>	<b>15,9</b>	<b>379,1</b>	<b>1253,17</b>	<b>11,59</b>	<b>1,15</b>	<b>123,6</b>		

Завпроизводством:

*Хурматуллина Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Кузьмина О.В.*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 19.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	150	5,63	2,11	7,40	0,00	25,60	187,44	104,3	41,95	157,1	1,19	38,63	42,65	0,54	0,15	0,38		
Какао с молоком № 306, сб.2021	180	2,95	2,61	2,82	0,00	12,92	85,57	97,71	18,95	82,78	0,52	10,8	19,86	0,01	0,03	0,47		
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		
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,30</b>	<b>10,80</b>	<b>21,09</b>	<b>0,59</b>	<b>77,61</b>	<b>572,38</b>	<b>399</b>	<b>102,4</b>	<b>432,5</b>	<b>3,05</b>	<b>122</b>	<b>142,82</b>	<b>1,42</b>	<b>0,31</b>	<b>1,73</b>		
Обед																		
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95		
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	200/10	1,60	0,21	4,31	0,16	8,53	76,80	32,5	15,88	37,91	0,58	30,88	195,62	0,18	0,04	9,61		
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41		
спагетти отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0		
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 №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		
мандарины сб.2021г.	180	1,44	0,00	0,36	0,36	16,92	73,08	63	19,8	30,6	0,18	0	18	0,36	0,11	68,4		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>28,12</b>	<b>14,12</b>	<b>23,03</b>	<b>7,46</b>	<b>123,47</b>	<b>798,58</b>	<b>192,1</b>	<b>107,7</b>	<b>323,9</b>	<b>7,38</b>	<b>59,01</b>	<b>351,39</b>	<b>5,26</b>	<b>0,36</b>	<b>86,37</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>47,41</b>	<b>24,91</b>	<b>44,12</b>	<b>8,05</b>	<b>201,08</b>	<b>1370,96</b>	<b>591,1</b>	<b>210</b>	<b>756,4</b>	<b>10,4</b>	<b>181</b>	<b>494,21</b>	<b>6,68</b>	<b>0,68</b>	<b>88,11</b>		

Запроизведеном:

*Тад*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Кузьмина*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 19.12.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PΩ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51	
Какао с молоком № 306, сб.2021	180	2,95	2,61	2,82	0,00	12,92	85,57	97,71	18,95	82,78	0,52	10,8	19,86	0,01	0,03	0,47	
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	
йогурт №297 сб. 2021	180	7,23	7,23	2,65	0,00	10,41	98,11	218,7	26,46	167,6	0,18	17,64	18	0	0,05	1,06	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,38</b>	<b>12,71</b>	<b>24,00</b>	<b>0,59</b>	<b>87,88</b>	<b>651,21</b>	<b>470,2</b>	<b>120,7</b>	<b>512,8</b>	<b>3,48</b>	<b>137,8</b>	<b>160,03</b>	<b>1,6</b>	<b>0,37</b>	<b>2,04</b>	
<b>Обед</b>																	
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95	
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01	
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	110/60	17,09	15,73	16,12	7,18	20,71	295,67	39,66	30,94	152,4	1,35	15,62	124,16	3,63	0,07	1,6	
спагетти отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0	
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 №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	
мандарины сб.2021г.	180	1,44	0,00	0,36	0,36	16,92	73,08	63	19,8	30,6	0,18	0	18	0,36	0,11	68,4	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>32,80</b>	<b>16,02</b>	<b>26,87</b>	<b>8,51</b>	<b>142,73</b>	<b>927,67</b>	<b>210,7</b>	<b>122,3</b>	<b>374,8</b>	<b>8,2</b>	<b>71,44</b>	<b>420,23</b>	<b>6,1</b>	<b>0,42</b>	<b>88,96</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>55,17</b>	<b>28,73</b>	<b>50,87</b>	<b>9,10</b>	<b>230,61</b>	<b>1578,88</b>	<b>680,9</b>	<b>243</b>	<b>887,6</b>	<b>11,7</b>	<b>209,2</b>	<b>580,26</b>	<b>7,7</b>	<b>0,79</b>	<b>91</b>	

Завпроизводством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)