



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



МЕНЮ на 20.10.2023г. 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 молочная "Дружба" с курагой №355, сб. Онищенко ГГ	150	4,99	2,16	6,32	0,02	30,29	193,84	104,6	34,55	121,9	0,82	38,98	87,21	0,54	0,09	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 сыром №4, сб.2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2023 года ТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14	
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	
Итого за 'Завтрак'		19,31	10,22	21,90	7,26	95,69	646,72	450	105,2	418,3	5,98	92,14	214,08	4,66	0,27	19,17	
обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	80	1,46	0,00	7,97	7,95	7,75	105,68	18,15	19,77	42,75	0,63	0	329,95	3,66	0,08	9,22	
Суп "Салоники" №250 сб.Онищенко Г.Г.	200	11,49	8,34	12,30	4,00	23,28	247,60	28,12	31,89	109,6	1,49	22,4	375,29	2,28	0,12	8,15	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	220	15,70	13,97	19,02	7,38	17,64	300,35	38,02	45,29	188,2	2,78	6,54	754,6	3,77	0,1	11,42	
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	14,68	59,21	9,77	4,65	6,12	1,02	0	2,64	0,11	0,01	3,12	
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	
Итого за 'обед'		29,55	22,31	39,59	19,44	67,43	731,79	97,49	106,2	362,2	6,29	28,94	1462,59	9,96	0,33	31,91	
полдник																	
йогурт №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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93	
Итого за 'полдник'		12,27	9,39	12,43	0,00	29,80	281,73	193,3	34,39	219,4	1,29	46,85	87,41	0,84	0,1	1,96	
Ужин																	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	150	4,27	0,08	11,37	0,10	53,84	324,13	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56	
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	
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2	
апельсин сб.2021г.	295	2,19	0,00	0,49	0,49	25,07	108,25	82,75	31,64	55,98	0,73	0	19,47	0,49	0,1	146	
Итого за 'Ужин'		9,04	0,08	12,19	0,91	111,60	572,75	349,7	102,3	182,4	2,61	155,1	794,41	2,22	0,5	158,8	
Итого за день		70,16	41,99	86,10	27,61	304,52	2232,99	1091	348,1	1182	16,2	323	2558,49	17,68	1,2	211,8	

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

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 20.10.2023г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углев- 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	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша молочная "Дружба" с курагой №355, сб. Онищенко ГГ	180	5,99	2,59	7,58	0,03	36,35	232,61	125,6	41,46	146,3	0,98	46,78	104,65	0,65	0,11	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 сыром №4, сб.2021г-4.	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2023 года ТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14	
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	
Итого за 'Завтрак'		20,30	10,65	23,16	7,26	101,75	685,48	471	112,2	442,7	6,14	99,94	231,52	4,77	0,29	19,27	
обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021-с 1 марта	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53	
Суп "Салоники" №250 сб.Онищенко Г.Г.	250	14,36	10,42	15,38	5,00	29,10	309,50	35,15	39,86	137	1,86	28	469,11	2,85	0,15	10,19	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	220	15,70	13,97	19,02	7,38	17,64	300,35	38,02	45,29	188,2	2,78	6,54	754,6	3,77	0,1	11,42	
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,18	0,00	14,68	59,21	9,77	4,65	6,12	1,02	0	2,64	0,11	0,01	3,12	
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	
Итого за 'обед'		33,11	24,40	44,72	22,48	77,23	829,58	110,8	121,4	408	7,01	34,54	1638,95	11,52	0,38	36,25	
полдник																	
йогурт №297 сб. 2021-2	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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12	
Итого за 'полдник'		14,72	11,26	14,91	0,00	35,77	338,08	232	41,27	263,3	1,55	56,22	104,9	1,01	0,12	2,35	
Ужин																	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	200	5,69	0,10	15,16	0,13	71,79	432,17	52,57	63,61	130,6	1,64	70,8	1028,88	1,73	0,07	2,08	
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	
апельсин сб.2021г.	295	2,19	0,00	0,49	0,49	25,07	108,25	82,75	31,64	55,98	0,73	0	19,47	0,49	0,1	146	
кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2	
Итого за 'Ужин'		12,01	0,10	16,17	1,14	139,66	728,91	367,3	124,7	232,1	3,41	172,8	1051,63	2,91	0,55	159,3	
Итого за день		80,15	46,41	98,97	30,88	354,40	2582,06	1181	399,5	1346	18,1	363,5	3026,99	20,2	1,34	217,2	

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 20.10.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	150	4,27	0,08	11,37	0,10	53,84	324,13	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93	
Итого за 'Завтрак'		16,29	6,65	20,98	0,44	96,81	628,55	116,7	78,38	245,3	3,07	79,55	842,57	2,62	0,17	2,75	
обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	60	1,10	0,00	5,98	5,96	5,81	79,26	13,62	14,83	32,06	0,47	0	247,47	2,74	0,06	6,92	
Суп "Салоники" №250 сб.Онищенко Г.Г.	200	11,49	8,34	12,30	4,00	23,28	247,60	28,12	31,89	109,6	1,49	22,4	375,29	2,28	0,12	8,15	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	220	15,70	13,97	19,02	7,38	17,64	300,35	38,02	45,29	188,2	2,78	6,54	754,6	3,77	0,1	11,42	
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	
апельсин сб.2021г.	295	2,19	0,00	0,49	0,49	25,07	108,25	82,75	31,64	55,98	0,73	0	19,47	0,49	0,1	146	
Итого за 'обед'		33,93	22,31	38,32	18,35	108,33	897,47	184,6	143	431,9	9,02	28,94	1396,89	9,91	0,45	176,5	
Итого за день		50,22	28,96	59,30	18,80	205,14	1526,01	301,2	221,4	677,1	12,1	108,5	2239,46	12,53	0,62	179,3	

Завпроизводством: _____

[Подпись]

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____

[Подпись]

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 20.10.2023г. 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		
Завтрак																	
Плов фруктовый №221, сб. 2021	200	5,69	0,10	15,16	0,13	71,79	432,17	52,57	63,61	130,6	1,64	70,8	1028,88	1,73	0,07	2,08	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12	
Итого за 'Завтрак '		19,83	7,70	26,38	0,54	122,92	791,83	134,7	99,2	299,6	3,84	100,7	1110,68	3,3	0,21	3,46	
обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021-с 1 марта	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53	
Суп "Салоники" №250 сб.Онищенко Г.Г.	250	14,36	10,42	15,38	5,00	29,10	309,50	35,15	39,86	137	1,86	28	469,11	2,85	0,15	10,19	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	220	15,70	13,97	19,02	7,38	17,64	300,35	38,02	45,29	188,2	2,78	6,54	754,6	3,77	0,1	11,42	
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 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	
апельсин сб.2021г.	295	2,19	0,00	0,49	0,49	25,07	108,25	82,75	31,64	55,98	0,73	0	19,47	0,49	0,1	146	
Итого за 'обед'		35,65	24,40	45,15	23,10	105,66	953,26	195,6	153,5	462,2	9,28	34,54	1655,72	12	0,48	183,2	

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

Медсестра О.В. (Кузьмина О.В.)