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

МЕНЮ на 20.12.2021г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
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	0,5
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	0,5
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом №1, 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	
Хачапури (ватрушка с сыром), № 5.5, сб. 2021	100	12,32	7,70	11,95	0,00	36,00	301,38	204,5	17,62	176,4	1,12	76,8	139,2	1,01	0,09	0,1
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,
Итого за 'Завтрак'		**28,05**	**13,61**	**33,97**	**1,26**	**134,95**	**944,45**	**491,1**	**120,3**	**535,6**	**7,72**	**198,1**	**291,77**	**2,95**	**0,45**	**17,9**
Обед																
Кукуруза консерв. отварная ТК № 9 сб. 2021	100	2,07	0,02	4,41	0,37	10,65	90,21	0,58	0	0,88	0,01	29,5	32,65	0,05	0	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,84	0,27	5,06	0,00	20,89	138,39	25,79	24,99	82,48	0,95	23,16	245,12	0,33	0,08	6,7
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,
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,1
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	
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	
Итого за 'Обед'		**36,05**	**16,05**	**32,72**	**8,06**	**149,97**	**1017,24**	**98,09**	**232,1**	**516,8**	**8,96**	**96,98**	**435,59**	**5,38**	**0,54**	**9,4**
Итого за день		**64,10**	**29,66**	**66,69**	**9,32**	**284,92**	**1961,69**	**589,2**	**352,4**	**1052**	**16,7**	**295,1**	**727,36**	**8,32**	**1**	**27,3**

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

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

МЕНЮ на 20.12.2021г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
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
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.	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
Хачапури (ватрушка с сыром), № 5.5, сб. 2021	100	12,32	7,70	11,95	0,00	36,00	301,38	204,5	17,62	176,4	1,12	76,8	139,2	1,01	0,09	0,13
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8
Итого за 'Завтрак'		**28,05**	**13,61**	**33,97**	**1,26**	**134,95**	**944,45**	**491,1**	**120,3**	**535,6**	**7,72**	**198,1**	**291,77**	**2,95**	**0,45**	**17,96**
Обед																
Кукуруза консерв. отварная ТК № 9 сб. 2021	80	1,66	0,02	3,53	0,30	8,52	72,17	0,47	0	0,71	0,01	23,6	26,12	0,04	0	0
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	2,27	0,22	4,04	0,00	16,71	110,71	20,63	19,99	65,99	0,76	18,53	196,1	0,26	0,07	5,37
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
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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
Итого за 'Обед'		**30,13**	**14,14**	**27,66**	**6,98**	**124,35**	**848,90**	**81,41**	**191,5**	**427,9**	**7,34**	**79,83**	**359,83**	**4,54**	**0,44**	**7,9**
Итого за день		**58,17**	**27,75**	**61,63**	**8,24**	**259,31**	**1793,35**	**572,5**	**311,8**	**963,5**	**15,1**	**278**	**651,6**	**7,49**	**0,89**	**25,86**

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

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

МЕНЮ на 20.12.2021г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
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
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
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'		**16,06**	**5,91**	**21,55**	**0,79**	**100,07**	**647,77**	**273,7**	**95,51**	**354,7**	**5,7**	**121,3**	**144,17**	**1,8**	**0,34**	**5,03**
Обед																
Кукуруза консерв. отварная ТК № 9 сб. 2021	100	2,07	0,02	4,41	0,37	10,65	90,21	0,58	0	0,88	0,01	29,5	32,65	0,05	0	0
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,84	0,27	5,06	0,00	20,89	138,39	25,79	24,99	82,48	0,95	23,16	245,12	0,33	0,08	6,71
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
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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'		**33,36**	**16,05**	**32,40**	**7,74**	**132,29**	**932,85**	**91,22**	**222,1**	**492,4**	**8,41**	**96,98**	**435,66**	**4,94**	**0,49**	**9,43**
Полдник																
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
Хачапури (ватрушка с сыром), № 5.5, сб. 2021	100	12,32	7,70	11,95	0,00	36,00	301,38	204,5	17,62	176,4	1,12	76,8	139,2	1,01	0,09	0,13
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8
Итого за 'Полдник'		**18,73**	**13,81**	**18,55**	**0,67**	**64,49**	**494,41**	**453,9**	**58,41**	**359,8**	**5**	**102,1**	**193,95**	**1,35**	**0,2**	**18,02**
Ужин																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	100	3,21	1,02	6,35	0,00	13,91	122,40	19,88	26,4	73,81	0,91	12	538,04	2,88	0,11	6,74
Рыба "Аппетитная" №89, сб.2021	250	31,23	18,98	29,47	0,00	18,18	455,34	98,58	22,27	174,5	1,42	68,88	136,13	5,37	0,13	5,58
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
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
Итого за 'Ужин'		**41,04**	**21,45**	**38,03**	**0,67**	**67,99**	**766,32**	**186,3**	**76,31**	**344,3**	**3,68**	**89,88**	**690,68**	**9,17**	**0,35**	**12,59**
перед сном																
Ряженка №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
Итого за 'перед сном'		**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**
Итого за день		**114,30**	**62,33**	**116,18**	**9,87**	**371,90**	**2944,20**	**1217**	**477**	**1719**	**23**	**445,5**	**1504,06**	**17,26**	**1,43**	**46,31**

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

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

МЕНЮ на 20.12.2021г. 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	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
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
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'		**14,18**	**5,20**	**19,08**	**0,79**	**91,54**	**585,29**	**238,9**	**81,53**	**302,4**	**5,3**	**108,5**	**129,95**	**1,62**	**0,29**	**4,9**
Обед																
Кукуруза консерв. отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	2,27	0,22	4,04	0,00	16,71	110,71	20,63	19,99	65,99	0,76	18,53	196,1	0,26	0,07	5,37
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
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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'		**27,90**	**14,13**	**26,56**	**6,69**	**110,37**	**774,28**	**76,66**	**184,7**	**411,2**	**6,97**	**73,93**	**353,34**	**4,24**	**0,4**	**7,9**
Полдник																
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
Хачапури (ватрушка с сыром), № 5.5, сб. 2021	100	12,32	7,70	11,95	0,00	36,00	301,38	204,5	17,62	176,4	1,12	76,8	139,2	1,01	0,09	0,13
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8
Итого за 'Полдник'		**18,73**	**13,81**	**18,55**	**0,67**	**64,49**	**494,41**	**453,9**	**58,41**	**359,8**	**5**	**102,1**	**193,95**	**1,35**	**0,2**	**18,02**
Ужин																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4
Рыба "Аппетитная" №89, сб.2021	200	24,98	15,18	23,57	0,00	14,54	364,27	78,87	17,81	139,6	1,14	55,1	108,91	4,29	0,1	4,47
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
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
Итого за 'Ужин'		**33,12**	**17,45**	**30,74**	**0,54**	**54,83**	**618,70**	**159,6**	**62,27**	**283,3**	**2,96**	**73,7**	**555,84**	**7,34**	**0,28**	**10,12**
перед сном																
Ряженка №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
Итого за 'перед сном'		**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**
Итого за день		**98,20**	**54,86**	**99,64**	**8,69**	**327,11**	**2558,38**	**1105**	**407,5**	**1496**	**20,4**	**387,6**	**1266,09**	**14,56**	**1,22**	**41,98**

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