

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



**МЕНЮ на 06.04.2021г. 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. жир	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак [730]</b>																	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	3,35	16,81	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2014 г.	200	3,52	2,91	4,08	0,12	14,51	108,65	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52	
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	28,48	213,73	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Кофейный напиток на молоке №286, сб.2014г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3	
Сок	192,3	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	85,68	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
<b>Итого за прием</b>		<b>12,86</b>	<b>5,86</b>	<b>16,51</b>	<b>0,97</b>	<b>81,21</b>	<b>524,05</b>	<b>270,4</b>	<b>79,48</b>	<b>281,2</b>	<b>4,71</b>	<b>105,5</b>	<b>1339,8</b>	<b>1,49</b>	<b>0,22</b>	<b>6,42</b>	
<b>Обед [800]</b>																	
помидоры свежие порц.	50	0,55	0,00	0,10	0,10	1,90	11,57	7	10	13	0,45	0	66,5	0,35	0,03	12,5	
Суп крестьянский с крупой №65, сб.2014 г	200/10	1,68	0,00	2,97	3,37	9,94	73,96	18,66	13,75	46,97	0,51	0	161,32	1,57	0,04	6,4	
Азу №94, сб.2014 г.	60/50	16,98	16,42	21,93	8,87	2,76	276,68	14,33	23,75	177,6	2,6	0	9	4,43	0,05	1,2	
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	150	3,05	0,68	4,76	0,51	20,05	137,31	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
Комлот из кураги №292, сб.шк.2014г.	200	1,27	0,00	0,07	0,07	32,03	128,82	39,38	24,94	33,95	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,4	
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	141,42	28	37,6	126,4	3,12	0	0,8	1,12	0,14	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>28,82</b>	<b>17,09</b>	<b>30,79</b>	<b>13,89</b>	<b>93,41</b>	<b>769,76</b>	<b>143</b>	<b>138,4</b>	<b>481,1</b>	<b>8,55</b>	<b>21,29</b>	<b>426,45</b>	<b>9,03</b>	<b>0,4</b>	<b>30,88</b>	
<b>Полдник [370]</b>																	
Запеканка из творога №223, сб. шк. 2014 г.	150/20	27,63	26,02	20,29	0,17	35,56	436,88	278,5	39,15	327,7	0,84	127,5	146,69	0,67	0,08	0,56	
Напиток морковно-яблочный №298, сб.шк. 2014г.	200	0,56	0,00	0,08	0,09	12,79	52,26	11,93	14,82	21,25	0,51	0	840,6	0,19	0,02	1,32	
<b>Итого за прием</b>		<b>28,19</b>	<b>26,02</b>	<b>20,37</b>	<b>0,26</b>	<b>48,35</b>	<b>489,14</b>	<b>290,4</b>	<b>53,97</b>	<b>349</b>	<b>1,35</b>	<b>127,5</b>	<b>987,29</b>	<b>0,86</b>	<b>0,1</b>	<b>1,88</b>	
<b>Ужин [570]</b>																	
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2014 г.	80	1,04	0,00	4,63	5,26	12,60	93,89	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52	
Рыба припущенная №79, сб.2014 г.	60	13,56	13,51	4,29	0,01	0,36	94,27	11,22	16,25	89,47	0,36	16,47	69,96	1,11	0,1	0,15	
Картофель отварной с маслом № 136, сб. шк. 2014 г.	150	2,89	0,02	3,26	0,57	22,00	131,54	13,99	31,28	79,49	1,23	19,24	25,83	0,18	0,13	6,04	
Хлеб пшеничный	80	5,29	0,00	0,47	0,47	39,36	187,29	10,4	7,5	34,84	0,68	0	0	0,88	0,07	0	
Напиток апельсиновый №295, сб. шк. 2014 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,27	74,55	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
<b>Итого за прием</b>		<b>22,91</b>	<b>13,52</b>	<b>12,67</b>	<b>6,33</b>	<b>93,58</b>	<b>581,55</b>	<b>59,85</b>	<b>67,98</b>	<b>228,9</b>	<b>3,08</b>	<b>35,71</b>	<b>98,29</b>	<b>4,56</b>	<b>0,31</b>	<b>10,32</b>	
<b>Перед сном [150]</b>																	
Йогурт №279 сб.шк. 2014г.	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 прием</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>97,05</b>	<b>66,75</b>	<b>85,05</b>	<b>21,45</b>	<b>322,44</b>	<b>2450,20</b>	<b>940</b>	<b>360,5</b>	<b>1480</b>	<b>17,8</b>	<b>319,4</b>	<b>2884,8</b>	<b>15,94</b>	<b>1,07</b>	<b>50,53</b>	

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

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимской КШИ № 92  
 Б.Р.Басв

**МЕНЮ на 06.04.2021г. интернат с 12 лет и старше**

Наименование блюда	Выход, г	Белок, г		Жир, 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	P,мг	T,мг	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак [832,3]</b>																		
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	4,47	22,41	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81		
Суп мозочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2014 г.	250	4,40	3,64	5,10	0,15	18,13	135,81	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65		
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	28,48	213,73	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0		
Кофейный напиток на молоке №286, сб.2014г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3		
Сок	192,3	0,96	0,00	0,19	0,19	19,42	82,38	13,46	7,69	13,46	2,69	0	0	0,19	0,02	3,85		
<b>Итого за прием</b>		13,96	6,58	17,55	1,01	85,18	553,52	301,4	90,41	314,2	4,78	109,9	1750,9	1,57	0,23	6,6		
<b>Обед [855]</b>																		
помидоры свежие порц.	50	0,55	0,00	0,10	0,10	1,90	11,57	7	10	13	0,45	0	66,5	0,35	0,03	12,5		
Суп крестьянский с крупой №65, сб.2014 г	250/10	2,11	0,00	3,71	4,22	12,43	92,45	23,32	17,18	58,71	0,64	0	201,65	1,96	0,04	8		
Азу №94, сб.2014 г.	65/50	17,75	17,16	22,93	9,28	2,89	289,25	14,98	24,83	185,6	2,72	0	9,41	4,63	0,05	1,25		
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	150	3,05	0,68	4,76	0,51	20,05	137,31	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38		
Компот из кураги №292, сб.шк.2014г.	200	1,27	0,00	0,07	0,07	32,03	128,82	39,38	24,94	33,95	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,4		
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	141,42	28	37,6	126,4	3,12	0	0,8	1,12	0,14	0		
<b>Итого за прием</b>		30,01	17,84	32,53	15,14	96,02	800,83	148,3	143	500,9	8,8	21,29	467,19	9,62	0,41	32,54		
<b>Полдник [403]</b>																		
Запеканка из творога №223, сб. шк. 2014 г.	180/23	33,32	31,37	24,47	0,21	42,88	526,82	335,8	47,21	395,2	1,01	153,8	176,89	0,81	0,1	0,67		
Напиток морковно-яблочный №298, сб.шк. 2014г.	200	0,56	0,00	0,08	0,09	12,79	52,26	11,93	14,82	21,25	0,51	0	840,6	0,19	0,02	1,32		
<b>Итого за прием</b>		33,88	31,37	24,55	0,30	55,67	579,08	347,7	62,03	416,4	1,52	153,8	1017,5	1	0,12	1,99		
<b>Ужин [630]</b>																		
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2014 г.	80	1,04	0,00	4,63	5,26	12,60	93,89	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52		
Рыба припущенная №79, сб.2014 г.	120	27,13	27,01	8,58	0,01	0,72	188,54	22,44	32,49	178,9	0,71	32,94	139,92	2,22	0,21	0,31		
Картофель отварной с маслом № 136, сб. шк. 2014 г.	150	2,89	0,02	3,26	0,57	22,00	131,54	13,99	31,28	79,49	1,23	19,24	25,83	0,18	0,13	6,04		
Хлеб пшеничный	80	5,29	0,00	0,47	0,47	39,36	187,29	10,4	7,5	34,84	0,68	0	0	0,88	0,07	0		
Напиток апельсиновый №295, сб. шк. 2014 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,27	74,55	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6		
<b>Итого за прием</b>		36,48	27,03	16,96	6,34	93,95	675,81	71,07	84,23	318,4	3,44	52,18	168,25	5,67	0,42	10,47		
<b>Перед сном [180]</b>																		
Йогурт №279 сб.шк. 2014г.	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		
<b>Итого за прием</b>		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		
<b>Итого за день</b>		119,44	87,94	97,23	22,78	337,87	2712,09	1080	404,3	1717	18,7	372,4	3443,4	17,87	1,23	52,84		

Запроизводством: \_\_\_\_\_ (Хурматулина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 06.04.2021г. школа 7-11 лет**

	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углероды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	Р3,мкг	Т3,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак [690]</b>																	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	3,35	16,81	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2014 г.	200	3,52	2,91	4,08	0,12	14,51	108,65	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52	
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	50/10	4,69	0,05	8,67	0,59	28,48	213,73	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Кофейный напиток на молоке №286,сб.2014г.	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3	
Йогурт №279 сб.шк. 2014г.	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	
Печенье	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>16,13</b>	<b>10,12</b>	<b>21,02</b>	<b>0,77</b>	<b>66,89</b>	<b>524,07</b>	<b>432,8</b>	<b>92,06</b>	<b>406,8</b>	<b>2,05</b>	<b>134,9</b>	<b>1372,75</b>	<b>1,29</b>	<b>0,24</b>	<b>3,45</b>	
<b>Обед [808]</b>																	
помидоры свежие порц.	50	0,55	0,00	0,10	0,10	1,90	11,57	7	10	13	0,45	0	66,5	0,35	0,03	12,5	
Суп крестьянский с крупой №65, сб.2014 г	200/10	1,68	0,00	2,97	3,37	9,94	73,96	18,66	13,75	46,97	0,51	0	161,32	1,57	0,04	6,4	
Азу №94, сб.2014 г.	50/50	15,44	14,92	19,94	8,07	2,51	251,53	13,02	21,59	161,4	2,37	0	8,18	4,03	0,05	1,09	
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	160	3,25	0,72	5,08	0,55	21,39	146,47	37,98	30,31	88,77	1,1	22,7	45,95	0,19	0,13	11,07	
Компот из кураги №292, сб.шк.2014г.	200	1,27	0,00	0,07	0,07	32,03	128,82	39,38	24,94	33,95	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,4	
Хлеб ржаной	48	3,17	0,00	0,58	0,58	16,03	84,85	16,8	22,56	75,84	1,87	0	0,48	0,67	0,09	0	
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,00	0,23	0,23	19,68	93,65	5,2	3,75	17,42	0,34	0	0	0,44	0,03	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>28,01</b>	<b>15,65</b>	<b>28,96</b>	<b>12,97</b>	<b>103,49</b>	<b>790,84</b>	<b>138</b>	<b>126,9</b>	<b>437,4</b>	<b>7,47</b>	<b>22,7</b>	<b>428,19</b>	<b>8,63</b>	<b>0,38</b>	<b>31,46</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>44,14</b>	<b>25,77</b>	<b>49,98</b>	<b>13,74</b>	<b>170,38</b>	<b>1314,91</b>	<b>570,8</b>	<b>219</b>	<b>844,2</b>	<b>9,53</b>	<b>157,6</b>	<b>1800,93</b>	<b>9,92</b>	<b>0,62</b>	<b>34,92</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 06.04.2021г. школа с 12 лет и старше**

	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,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак [790]</b>																	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	3,35	16,81	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2014 г.	250	4,40	3,64	5,10	0,15	18,13	135,81	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65	
Хлеб "Вкус здоровья" с маслом №1, сб.2014г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	28,48	213,73	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Кофейный напиток на молоке №286,сб.2014г	200	2,90	2,90	3,50	0,00	14,68	99,18	120,3	14	90	0,13	30	33	0,1	0,04	1,3	
Йогурт №279 сб.шк. 2014г.	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	
Печенье	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		17,86	11,70	22,98	0,80	71,70	568,38	494,7	100,5	458,3	2,13	145,2	1387,46	1,3	0,26	3,79	
<b>Обед [970]</b>																	
помидоры свежие порц.	50	0,55	0,00	0,10	0,10	1,90	11,57	7	10	13	0,45	0	66,5	0,35	0,03	12,5	
Щи из свежей капусты с картофелем №53, сб.2014 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	8,80	92,28	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01	
Азу №94, сб.2014 г.	70/50	18,53	17,91	23,92	9,68	3,01	301,83	15,63	25,91	193,7	2,84	0	9,82	4,84	0,05	1,31	
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	160	3,25	0,72	5,08	0,55	21,39	146,47	37,98	30,31	88,77	1,1	22,7	45,95	0,19	0,13	11,07	
Компот из кураги №292, сб.шк.2014г.	250	1,59	0,00	0,09	0,09	40,04	161,03	49,23	31,17	42,43	1,04	0	182,19	1,72	0,03	0,5	
Хлеб ржаной	70	4,62	0,00	0,84	0,84	23,38	123,75	24,5	32,9	110,6	2,73	0	0,7	0,98	0,13	0	
Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,35	0,35	29,52	140,47	7,8	5,63	26,13	0,51	0	0	0,66	0,05	0	
<b>Итого за прием</b>		34,51	18,90	35,77	11,80	128,05	977,38	182,8	155,8	522	9,4	61,3	549,68	8,96	0,47	37,39	
<b>Итого за день.</b>		52,37	30,60	58,75	12,60	199,74	1545,76	677,5	256,3	980,3	11,5	206,5	1937,14	10,26	0,73	41,18	

Запроизводством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)