

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

**МЕНЮ на 07.04.2021г. 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. жид.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	Р0, мкг	Г0, мкг	В1, мкг	С, мкг	
<b>Завтрак [685]</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	
Омлет натуральный №218, сб. шк. 2014 г.	120/5	11,66	12,40	17,61	0,00	2,08	213,14	79,95	13,45	177,7	2	184,7	310,48	0,65	0,05	0,17	
хлеб "Вкус здоровья" с маслом и сыром № 2, сб.2014г.	80/10/20	12,95	5,20	14,28	0,98	47,41	376,10	219,7	43,12	204,7	2,12	98,98	112,9	1,48	0,16	0,14	
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,62	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Сок	200	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>27,59</b>	<b>19,05</b>	<b>33,75</b>	<b>1,30</b>	<b>82,83</b>	<b>749,10</b>	<b>373,7</b>	<b>80,66</b>	<b>448,6</b>	<b>7,43</b>	<b>292,6</b>	<b>506,38</b>	<b>2,73</b>	<b>0,28</b>	<b>17,07</b>	
<b>Обед [810]</b>																	
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,36	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6	
Суп картофельный с лапшой домашней №60, сб.2014 г.	200	2,28	0,26	1,88	0,36	14,29	84,55	12,03	16,75	46,35	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28	
Куры отварные №125 сб.2014 г.	70	17,47	17,43	14,69	0,00	0,25	203,02	14,37	14,68	124,1	1,38	37,24	76,61	0,54	0,04	0,67	
Рагу из овощей № 150, сб. шк. 2014 г.	200	3,60	0,06	8,51	0,47	20,90	175,98	44,52	42,51	91,5	1,43	35,97	1111,55	0,59	0,11	9,9	
Компот из смеси сухофруктов №293, сб.шк.2014г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	39,86	154,90	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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>29,86</b>	<b>17,84</b>	<b>26,14</b>	<b>1,85</b>	<b>103,52</b>	<b>768,24</b>	<b>113,3</b>	<b>119,9</b>	<b>413,6</b>	<b>7,04</b>	<b>81,8</b>	<b>1374,5</b>	<b>2,56</b>	<b>0,38</b>	<b>21,84</b>	
<b>Полдник [406,2]</b>																	
Молоко кипяченое №281, сб.шк.2014 г.	200	5,74	6,11	6,49	0,00	9,01	116,26	222,5	25,66	165	0,18	37,93	69,53	0,21	0,06	1,1	
Пряники	56,2	0,25	0,25	0,06	0,00	4,84	19,88	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша	150	0,60	0,00	0,45	0,45	15,45	67,64	28,5	18	24	3,45	0	3	0,6	0,03	7,5	
<b>Итого за прием</b>		<b>6,59</b>	<b>6,36</b>	<b>7,00</b>	<b>0,45</b>	<b>29,30</b>	<b>203,77</b>	<b>251</b>	<b>43,66</b>	<b>189</b>	<b>3,63</b>	<b>37,93</b>	<b>72,53</b>	<b>0,81</b>	<b>0,09</b>	<b>8,6</b>	
<b>Ужин [550]</b>																	
Капуста тушеная №140, сб. шк. 2014 г.	80	1,42	0,01	1,67	0,09	5,79	43,65	31,96	11,46	23,04	0,45	7,76	45,99	0,13	0,02	13,31	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	140/50	18,31	15,91	18,88	5,19	17,99	316,98	22,69	45,93	230,8	3,41	0	11,17	2,86	0,15	8,33	
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	
Чай №282 сб.шк. 2014 г.	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,01	0,52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>25,09</b>	<b>15,92</b>	<b>21,03</b>	<b>5,77</b>	<b>63,16</b>	<b>548,44</b>	<b>65,05</b>	<b>64,9</b>	<b>288,6</b>	<b>4,54</b>	<b>7,76</b>	<b>57,16</b>	<b>3,87</b>	<b>0,24</b>	<b>21,64</b>	
<b>Перед сном [150]</b>																	
Кефир №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>93,39</b>	<b>63,44</b>	<b>92,62</b>	<b>9,37</b>	<b>284,70</b>	<b>2355,25</b>	<b>979,5</b>	<b>329,7</b>	<b>1479</b>	<b>22,8</b>	<b>449,5</b>	<b>2043,57</b>	<b>9,97</b>	<b>1,03</b>	<b>70,18</b>	

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 07.04.2021г. интернат с 12 лет и старше**

	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углекислота, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. яичь	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак [705]</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	
Омлет натуральный №218, сб. шк. 2014 г.	120/5	11,66	12,40	17,61	0,00	2,08	213,14	79,95	13,45	177,7	2	184,7	310,48	0,65	0,05	0,17	
хлеб "Вкус здоровья" с маслом и сыром № 2, сб.2014г.	100/10/25	12,95	5,20	14,28	0,98	47,41	376,10	219,7	43,12	204,7	2,12	98,98	112,9	1,48	0,16	0,14	
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,62	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Сок	200	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>27,59</b>	<b>19,05</b>	<b>33,75</b>	<b>1,30</b>	<b>82,83</b>	<b>749,10</b>	<b>373,7</b>	<b>80,66</b>	<b>448,6</b>	<b>7,43</b>	<b>292,6</b>	<b>506,38</b>	<b>2,73</b>	<b>0,28</b>	<b>17,07</b>	
<b>Обед [970]</b>																	
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,36	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6	
Суп картофельный с лапшой домашней №60, сб.2014 г.	250	2,85	0,33	2,35	0,45	17,87	105,68	15,04	20,93	57,93	0,86	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6	
Куры отварные №125 сб.2014 г.	90	22,46	22,41	18,88	0,01	0,32	261,03	18,48	18,88	159,6	1,78	47,88	98,5	0,69	0,05	0,86	
Рагу из овощей № 150, сб. шк. 2014 г.	200	3,60	0,06	8,51	0,47	20,90	175,98	44,52	42,51	91,5	1,43	35,97	1111,55	0,59	0,11	9,9	
Компот из смеси сухофруктов №293, сб.шк.2014г.	250	0,94	0,11	0,05	0,00	49,83	193,63	0,75	0	0	0,08	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	120	7,92	0,00	1,44	1,44	40,08	212,14	42	56,4	189,6	4,68	0	1,2	1,68	0,22	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>38,24</b>	<b>22,91</b>	<b>31,30</b>	<b>2,42</b>	<b>130,49</b>	<b>956,82</b>	<b>134,6</b>	<b>147,1</b>	<b>523,8</b>	<b>9,18</b>	<b>94,59</b>	<b>1441,67</b>	<b>3,33</b>	<b>0,48</b>	<b>23,35</b>	
<b>Полдник [406,2]</b>																	
Молоко кипяченое №281, сб.шк.2014 г.	200	5,74	6,11	6,49	0,00	9,01	116,26	222,5	25,66	165	0,18	37,93	69,53	0,21	0,06	1,1	
Пряники	56,2	0,25	0,25	0,06	0,00	4,84	19,88	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша	150	0,60	0,00	0,45	0,45	15,45	67,64	28,5	18	24	3,45	0	3	0,6	0,03	7,5	
<b>Итого за прием</b>		<b>6,59</b>	<b>6,36</b>	<b>7,00</b>	<b>0,45</b>	<b>29,30</b>	<b>203,77</b>	<b>251</b>	<b>43,66</b>	<b>189</b>	<b>3,63</b>	<b>37,93</b>	<b>72,53</b>	<b>0,81</b>	<b>0,09</b>	<b>8,6</b>	
<b>Ужин [560]</b>																	
Капуста тушеная №140, сб. шк. 2014 г.	80	1,42	0,01	1,67	0,09	5,79	43,65	31,96	11,46	23,04	0,45	7,76	45,99	0,13	0,02	13,31	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	140/60	19,27	16,75	19,87	5,46	18,94	333,66	23,88	48,35	242,9	3,59	0	11,76	3,01	0,16	8,77	
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	
Чай №282 сб.шк. 2014 г.	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,01	0,52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>26,05</b>	<b>16,76</b>	<b>22,03</b>	<b>6,04</b>	<b>64,11</b>	<b>565,13</b>	<b>66,24</b>	<b>67,32</b>	<b>300,8</b>	<b>4,72</b>	<b>7,76</b>	<b>57,75</b>	<b>4,02</b>	<b>0,24</b>	<b>22,08</b>	
<b>Перед сном [177,8]</b>																	
Кефир №279 сб.шк. 2014г.	177,8	5,05	5,05	5,58	0,00	6,97	101,58	209,1	24,39	165,5	0,17	34,85	39,12	0	0,05	1,22	
<b>Итого за прием</b>		<b>5,05</b>	<b>5,05</b>	<b>5,58</b>	<b>0,00</b>	<b>6,97</b>	<b>101,58</b>	<b>209,1</b>	<b>24,39</b>	<b>165,5</b>	<b>0,17</b>	<b>34,85</b>	<b>39,12</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,22</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>103,53</b>	<b>70,13</b>	<b>99,64</b>	<b>10,21</b>	<b>313,70</b>	<b>2576,40</b>	<b>1035</b>	<b>363,2</b>	<b>1628</b>	<b>25,1</b>	<b>467,8</b>	<b>2117,45</b>	<b>10,89</b>	<b>1,14</b>	<b>72,32</b>	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)



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



**МЕНЮ на 07.04.2021г. школа 7-11 лет**

	Выход, г	Белок, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. яиц	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	P3, мкг	T3, мкг	B1, мкг	C, мкг	
<b>Завтрак [455]</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	
Омлет натуральный №218, сб. шк. 2014 г.	120/5	11,66	12,40	17,61	0,00	2,08	213,14	79,95	13,45	177,7	2	184,7	310,48	0,65	0,05	0,17	
хлеб "Вкус здоровья" с маслом и сыром № 2, сб.2014г.	50/10/20	12,95	5,20	14,28	0,98	47,41	376,10	219,7	43,12	204,7	2,12	98,98	112,9	1,48	0,16	0,14	
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,62	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
<b>Итого за прием</b>		<b>26,59</b>	<b>19,05</b>	<b>33,55</b>	<b>1,10</b>	<b>62,63</b>	<b>663,42</b>	<b>359,7</b>	<b>72,66</b>	<b>434,6</b>	<b>4,63</b>	<b>292,6</b>	<b>506,38</b>	<b>2,53</b>	<b>0,26</b>	<b>13,07</b>	
<b>Обед [968]</b>																	
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,36	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6	
Суп картофельный с лапшой домашней №60, сб.2014 г.	200	2,28	0,26	1,88	0,36	14,29	84,55	12,03	16,75	46,35	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28	
Куры отварные №125 сб.2014 г.	70	17,47	17,43	14,69	0,00	0,25	203,02	14,37	14,68	124,1	1,38	37,24	76,61	0,54	0,04	0,67	
Рагу из овощей № 150, сб. шк. 2014 г.	200	3,60	0,06	8,51	0,47	20,90	175,98	44,52	42,51	91,5	1,43	35,97	1111,55	0,59	0,11	9,9	
Компот из смеси сухофруктов №293, сб.шк.2014г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	39,86	154,90	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
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	
груша	150	0,60	0,00	0,45	0,45	15,45	67,64	28,5	18	24	3,45	0	3	0,6	0,03	7,5	
<b>Итого за прием</b>		<b>30,99</b>	<b>17,84</b>	<b>26,44</b>	<b>2,15</b>	<b>127,97</b>	<b>872,95</b>	<b>135,8</b>	<b>126,7</b>	<b>404,4</b>	<b>9,58</b>	<b>81,8</b>	<b>1377,18</b>	<b>3,15</b>	<b>0,38</b>	<b>29,34</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>57,58</b>	<b>36,89</b>	<b>59,99</b>	<b>3,25</b>	<b>190,60</b>	<b>1536,37</b>	<b>495,6</b>	<b>199,3</b>	<b>839</b>	<b>14,2</b>	<b>374,4</b>	<b>1883,56</b>	<b>5,68</b>	<b>0,64</b>	<b>42,42</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басев



МЕНЮ на 07.04.2021г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белок, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жел.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>Завтрак [470]</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
Омлет натуральный №218, сб. шк. 2014 г.	120/5	11,66	12,40	17,61	0,00	2,08	213,14	79,95	13,45	177,7	2	184,7	310,48	0,65	0,05	0,17
хлеб "Вкус здоровья" с маслом и сыром № 2, сб.2014г.	60/10/25	12,95	5,20	14,28	0,98	47,41	376,10	219,7	43,12	204,7	2,12	98,98	112,9	1,48	0,16	0,14
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,62	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26
<b>Итого за прием</b>		<b>26,59</b>	<b>19,05</b>	<b>33,55</b>	<b>1,10</b>	<b>62,63</b>	<b>663,42</b>	<b>359,7</b>	<b>72,66</b>	<b>434,6</b>	<b>4,63</b>	<b>292,6</b>	<b>506,38</b>	<b>2,53</b>	<b>0,26</b>	<b>13,07</b>
<b>Обед [1145]</b>																
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,36	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6
Суп картофельный с лапшой домашней №60, сб.2014 г.	250	2,85	0,33	2,35	0,45	17,87	105,68	15,04	20,93	57,93	0,86	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №125 сб.2014 г.	105	26,20	26,14	22,03	0,01	0,37	304,53	21,56	22,02	186,2	2,07	55,86	114,91	0,81	0,06	1
Рагу из овощей № 150, сб. шк. 2014 г.	200	3,60	0,06	8,51	0,47	20,90	175,98	44,52	42,51	91,5	1,43	35,97	1111,55	0,59	0,11	9,9
Компот из смеси сухофруктов №293, сб.шк.2014г.	250	0,94	0,11	0,05	0,00	49,83	193,63	0,75	0	0	0,08	0	0	0	0	0
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
груша	150	0,60	0,00	0,45	0,45	15,45	67,64	28,5	18	24	3,45	0	3	0,6	0,03	7,5
<b>Итого за прием</b>		<b>43,25</b>	<b>26,64</b>	<b>34,65</b>	<b>2,63</b>	<b>158,82</b>	<b>1120,03</b>	<b>156,5</b>	<b>150,4</b>	<b>521,6</b>	<b>11,5</b>	<b>102,6</b>	<b>1460,59</b>	<b>4,01</b>	<b>0,48</b>	<b>31</b>
<b>Итого за день</b>		<b>69,85</b>	<b>45,69</b>	<b>68,19</b>	<b>3,73</b>	<b>221,45</b>	<b>1783,46</b>	<b>516,2</b>	<b>223,1</b>	<b>956,1</b>	<b>16,1</b>	<b>395,2</b>	<b>1966,97</b>	<b>6,54</b>	<b>0,74</b>	<b>44,07</b>

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

Медсестра Кузьмина О.В. (Кузьмина О.В.)