

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

**МЕНЮ на 15.04.2021г. интернат 7-11 лет**

	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- да, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЗ, мкг	ТЭ, мкг	В1, мкг	С, мг		
																	Ca	Mg
<b>Завтрак [688,7]</b>																		
Запеканка из творога с повидлом №223, сб. шк. 2014 г.	180/20	31,52	29,49	22,31	0,21	44,95	507,96	263,8	40,5	342,9	1,27	142,9	164,74	0,76	0,08	0,55		
Хлеб "Вкус Здоровья" с сыром	80/20	10,07	4,58	4,47	0,58	38,64	240,35	142	25,06	127	1,34	33,6	47,6	1,12	0,1	0,14		
Кофейный напиток из молока №286, сб. шк. 2014г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	105,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Сок	188,7	0,94	0,00	0,19	0,19	19,06	78,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>45,59</b>	<b>37,11</b>	<b>30,47</b>	<b>0,98</b>	<b>119,04</b>	<b>932,27</b>	<b>405,8</b>	<b>65,56</b>	<b>469,9</b>	<b>2,61</b>	<b>176,5</b>	<b>212,34</b>	<b>1,88</b>	<b>0,19</b>	<b>0,69</b>		
<b>Обед [910]</b>																		
Салат "Мазайка" №36, сб. 2014 г.	80	1,26	0,00	6,02	6,85	7,32	88,94	13,37	14,33	29,32	0,43	0	520,82	3,07	0,03	1,73		
Свекольник №68, сб. 2014 г.	250/10	2,23	0,02	3,15	0,28	14,71	95,72	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97		
горбуша припущенная №79, сб. 2014 г.	90	20,35	20,26	6,43	0,01	0,54	141,40	16,83	24,37	134,2	0,53	24,71	104,94	1,67	0,16	0,23		
Соус томатный №233, сб. шк. 2014 г.	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,41	36,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Каша рисовая рассыпчатая №176, сб. шк. 2014 г.	150	3,60	0,02	3,79	0,00	36,50	198,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Компот из изюма №292, сб. шк. 2014г.	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,50	124,90	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	139,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>33,68</b>	<b>20,31</b>	<b>22,68</b>	<b>8,10</b>	<b>121,70</b>	<b>824,85</b>	<b>64,12</b>	<b>66,33</b>	<b>224</b>	<b>2,41</b>	<b>38,87</b>	<b>858,68</b>	<b>4,98</b>	<b>0,24</b>	<b>6,92</b>		
<b>Полдник [360]</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		
Печенье	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
груша	140	0,56	0,00	0,42	0,42	14,42	63,13	26,6	16,8	22,4	3,22	0	2,8	0,56	0,03	7		
<b>Итого за прием</b>		<b>6,30</b>	<b>6,11</b>	<b>6,91</b>	<b>0,42</b>	<b>23,43</b>	<b>179,38</b>	<b>249,1</b>	<b>42,46</b>	<b>187,4</b>	<b>3,4</b>	<b>37,93</b>	<b>72,33</b>	<b>0,77</b>	<b>0,09</b>	<b>8,1</b>		
<b>Ужин [580]</b>																		
Салат из свежих помидоров №13, сб. 2014 г.	80	0,73	0,00	3,95	3,95	3,09	51,48	23,52	12,45	16,8	0,6	0	118,18	2,26	0,03	16,66		
Рагу овощное с мясом №118, сб. 2014 г.	250	26,11	15,92	26,19	0,00	17,30	408,89	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный	50	3,31	0,00	0,33	0,33	23,35	111,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,00	11,23	62,47	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>31,59</b>	<b>17,37</b>	<b>32,02</b>	<b>4,28</b>	<b>54,97</b>	<b>634,58</b>	<b>23,52</b>	<b>12,45</b>	<b>16,8</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>118,18</b>	<b>2,26</b>	<b>0,03</b>	<b>16,66</b>		
<b>Второй ужин [170]</b>																		
Кефир №279 сб. шк. 2014г.	170	4,83	4,83	5,33	0,00	6,66	92,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>4,83</b>	<b>4,83</b>	<b>5,33</b>	<b>0,00</b>	<b>6,66</b>	<b>92,63</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Итого за день</b>		<b>121,99</b>	<b>85,73</b>	<b>97,41</b>	<b>13,78</b>	<b>325,81</b>	<b>2663,71</b>	<b>742,5</b>	<b>186,8</b>	<b>898,1</b>	<b>9,02</b>	<b>253,3</b>	<b>1261,53</b>	<b>9,89</b>	<b>0,55</b>	<b>32,37</b>		

Зав. производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 15.04.2021г. интернат с 12 лет и старше**

	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеко- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	P3, мкг	T3, мкг	B1, мкг	C, мкг	
<b>Завтрак [736,7]</b>																	
Запеканка из творога с повидлом №223, сб. шк. 2014 г.	200/23	35,15	32,88	24,88	0,23	50,12	566,37	294,2	45,16	382,3	1,41	159,4	183,69	0,85	0,09	0,61	
Хлеб "Вкус Здоровья" с сыром	100/25	10,07	4,58	4,47	0,58	38,64	240,35	142	25,06	127	1,34	33,6	47,6	1,12	0,1	0,14	
Кофейный напиток на молоке №286, сб. шк. 2014 г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	105,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Сок	188,7	0,94	0,00	0,19	0,19	19,06	78,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		49,21	40,50	33,04	1,00	124,21	990,68	436,1	70,21	509,3	2,75	193	231,29	1,97	0,2	0,75	
<b>Обед [1080]</b>																	
Салат "Мазайка" №36, сб. 2014 г.	100	1,58	0,00	7,52	8,57	9,15	111,18	16,72	17,92	36,65	0,53	0	651,03	3,84	0,04	2,16	
Свекольник №68, сб. 2014 г.	250/10	2,23	0,02	3,15	0,28	14,71	95,72	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
горбуша 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	
Соус томатный №233, сб. шк. 2014 г.	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,41	36,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Каша рисовая рассыпчатая №176, сб. шк. 2014 г.	180	4,32	0,02	4,55	0,00	43,79	237,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Компот из изюма №292, сб. шк. 2014 г.	250	0,44	0,00	0,00	0,00	40,62	156,12	0,73	0	0	0,07	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	120	7,92	0,00	1,44	1,44	40,08	208,54	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		44,23	27,07	27,57	10,30	152,49	1034,55	73,22	78,04	276,1	2,71	47,1	1023,86	6,3	0,3	7,43	
<b>Полдник [370]</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	
Печенье	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша	140	0,56	0,00	0,42	0,42	14,42	63,13	26,6	16,8	22,4	3,22	0	2,8	0,56	0,03	7	
<b>Итого за прием</b>		6,30	6,11	6,91	0,42	23,43	179,38	249,1	42,46	187,4	3,4	37,93	72,33	0,77	0,09	8,1	
<b>Ужин [690]</b>																	
Салат из свежих помидоров №13, сб. 2014 г.	100	0,91	0,00	4,94	4,94	3,86	64,35	29,4	15,57	21	0,75	0	147,73	2,83	0,04	20,83	
Рагу овощное с мясом №118, сб. 2014 г.	300	31,34	19,10	31,42	0,00	20,76	490,66	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный	90	5,95	0,00	0,59	0,59	42,03	201,15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,00	11,23	62,47	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		39,64	20,55	38,51	5,53	77,88	818,63	29,4	15,57	21	0,75	0	147,73	2,83	0,04	20,83	
<b>Второй ужин [183,6]</b>																	
Кефир №279 сб. шк. 2014 г.	192,3	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	100,04	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	100,04	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за день</b>		144,60	99,45	111,78	17,25	385,22	3123,29	787,9	206,3	993,8	9,61	278	1475,21	11,86	0,63	37,1	

Запроизводством:

*Ку*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Ку*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 15.04.2021г. школа 7-11 лет**

	Выход, г	Белок, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. яйца	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак [490]</b>																	
Запеканка из творога с повидлом №223, сб. шк. 2014 г.	180/20	31,52	29,49	22,31	0,21	44,95	507,96	263,8	40,5	342,9	1,27	142,9	164,74	0,76	0,08	0,55	
Хлеб "Вкус Золотая" с сыром	50/20	10,07	4,58	4,47	0,58	38,64	240,35	142	25,06	127	1,34	33,6	47,6	1,12	0,1	0,14	
Кофейный напиток на молоке №286, сб. шк. 2014 г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	105,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Печенье	20	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>		44,64	37,11	30,28	0,79	99,98	854,26	405,8	65,56	469,9	2,61	176,5	212,34	1,88	0,19	0,69	
<b>Обед [918]</b>																	
Салат "Мазайка" №36, сб. 2014 г.	80	1,26	0,00	6,02	6,85	7,32	88,94	13,37	14,33	29,32	0,43	0	520,82	3,07	0,03	1,73	
Свекольник №68, сб. 2014 г.	250/10	2,23	0,02	3,15	0,28	14,71	95,72	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
горбуша припущенная №79, сб. 2014 г.	90	20,35	20,26	6,43	0,01	0,54	141,40	16,83	24,37	134,2	0,53	24,71	104,94	1,67	0,16	0,23	
Соус томатный №233, сб. шк. 2014 г.	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,41	36,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Каша рисовая рассыпчатая №176, сб. шк. 2014 г.	150	3,60	0,02	3,79	0,00	36,50	198,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	82,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	48	3,17	0,00	0,58	0,58	16,03	83,41	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,68	89,40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		34,86	20,31	22,76	8,18	117,39	816,42	63,54	66,33	224	2,35	38,87	858,68	4,98	0,24	6,92	
<b>Итого за день</b>		79,50	57,42	53,04	8,97	217,38	1670,68	469,3	131,9	693,9	4,96	215,4	1071,02	6,85	0,43	7,61	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



Б.Р. Баев

**МЕНЮ на 15.04.2021г. 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. жиры	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	Р,мг	Г,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак [538]</b>																	
Запеканка из творога с повидлом №223, сб. шк. 2014 г.	200/23	35,15	32,88	24,88	0,23	50,12	566,37	294,2	45,16	382,3	1,41	159,4	183,69	0,85	0,09	0,61	
Хлеб "Вкус Здоровья" с сыром	60/25	10,07	4,58	4,47	0,58	38,64	240,35	142	25,06	127	1,34	33,6	47,6	1,12	0,1	0,14	
Кофейный напиток на молоке №286, сб. шк. 2014 г.	200	3,04	3,04	3,50	0,00	16,39	105,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
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>		48,27	40,50	32,85	0,81	105,15	912,67	436,1	70,21	509,3	2,75	193	231,29	1,97	0,2	0,75	
<b>Обед [1025]</b>																	
Салат "Мозайка" №36, сб. 2014 г.	100	1,58	0,00	7,52	8,57	9,15	111,18	16,72	17,92	36,65	0,53	0	651,03	3,84	0,04	2,16	
Свекольник №68, сб. 2014 г.	250/10	2,23	0,02	3,15	0,28	14,71	95,72	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97	
горбуша 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	
Соус томатный №233, сб. шк. 2014 г.	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,41	36,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Каша рисовая рассыпчатая №176, сб. шк. 2014 г.	165	3,96	0,02	4,17	0,00	40,15	217,80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,20	82,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	70	4,62	0,00	0,84	0,84	23,38	121,65	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,02	134,10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		45,09	27,07	27,18	10,30	139,74	988,52	72,5	78,04	276,1	2,64	47,1	1023,86	6,3	0,3	7,43	
<b>Итого за день</b>		93,36	67,57	60,03	11,11	244,89	1901,20	508,6	148,3	785,4	5,39	240,1	1255,15	8,27	0,5	8,18	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)