

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



**МЕНЮ на 21.04.2021г. интернат 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белок, г		Жиры, г		Углевод-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жид.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	Р, мкг	Г, мкг	В1, мкг	С, мкг
<b>Завтрак [725]</b>																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2014 г	80	1,34	0,00	6,39	6,39	6,62	88,34	33,92	18,75	37,01	1,2	0	1,88	3,02	0,01	1,88
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"	100	6,87	0,00	0,73	0,73	48,30	232,36	14,95	22,11	58,29	1,54	0	0	1,3	0,12	0
сыр порциями	20,0	5,15	5,15	5,21	0,00	0,00	68,72	196	10,78	117,6	0,14	41,16	47,6	0,08	0,01	0,14
Чай с сахаром №628, сб. 1996 г.	200	0,38	0,00	0,09	0,10	6,43	26,75	0,18	0	0	0,02	0	0	0	0	0
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>26,40</b>	<b>17,55</b>	<b>30,23</b>	<b>7,42</b>	<b>83,63</b>	<b>714,99</b>	<b>339</b>	<b>73,09</b>	<b>404,6</b>	<b>7,7</b>	<b>225,8</b>	<b>359,96</b>	<b>5,24</b>	<b>0,22</b>	<b>6,19</b>
<b>Обед [860]</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 макаронными изделиями №59, сб.2014 г.	200	2,17	0,01	1,72	0,37	15,09	85,88	10,9	16,74	44,51	0,69	6,8	174,34	0,25	0,07	5,28
Тефтели из говядины с рисом №106, сб.2014 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	12,37	250,00	15,44	23,09	125	0,99	0	0	6,37	0,04	0,2
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
Напиток из плодов шиповника №301, сб. шк. 2014 г.	200	0,67	0,00	0,27	0,27	28,99	118,65	12,22	3,23	3,16	0,64	0	163,4	0,76	0,01	80
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>25,26</b>	<b>12,93</b>	<b>27,92</b>	<b>15,05</b>	<b>105,57</b>	<b>780,30</b>	<b>124,1</b>	<b>130,4</b>	<b>409,5</b>	<b>7,17</b>	<b>42,76</b>	<b>1456,09</b>	<b>9,14</b>	<b>0,38</b>	<b>101,2</b>
<b>Полдник [466]</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
Апельсины	246	2,21	0,00	0,49	0,49	19,93	98,60	83,64	31,98	56,58	0,74	0	19,68	0,49	0,1	147,6
<b>Итого за прием</b>		<b>7,96</b>	<b>6,11</b>	<b>6,98</b>	<b>0,49</b>	<b>28,94</b>	<b>214,85</b>	<b>306,1</b>	<b>57,64</b>	<b>221,6</b>	<b>0,92</b>	<b>37,93</b>	<b>89,21</b>	<b>0,7</b>	<b>0,16</b>	<b>148,7</b>
<b>Ужин [510]</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
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	70	4,63	0,00	0,41	0,41	34,44	163,88	9,1	6,57	30,49	0,59	0	0,77	0,06	0	
Кисель из концентрата №305, сб.шк.2014г.	200	0,00	0,00	0,00	0,00	9,98	37,92	0,3	0	0	0,03	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>23,49</b>	<b>15,91</b>	<b>19,39</b>	<b>5,70</b>	<b>64,31</b>	<b>530,35</b>	<b>39,09</b>	<b>62,5</b>	<b>274,3</b>	<b>4,49</b>	<b>0</b>	<b>77,67</b>	<b>3,98</b>	<b>0,24</b>	<b>20,83</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>87,36</b>	<b>56,77</b>	<b>89,23</b>	<b>28,66</b>	<b>288,33</b>	<b>2326,19</b>	<b>984,8</b>	<b>344,2</b>	<b>1450</b>	<b>20,4</b>	<b>335,9</b>	<b>2015,93</b>	<b>19,07</b>	<b>1,04</b>	<b>278</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

*Хурматуллина Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_

*Кузьмина О.В.*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Басв

**МЕНЮ на 21.04.2021г. 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, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мкг	В1, мг	С, мг		
<b>Завтрак [420]</b>																		
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2014 г.	10	0,17	0,00	0,80	0,80	0,83	11,04	4,24	2,34	4,63	0,15	0	0,23	0,38	0	0,23		
Омлет натуральной №218, сб. шк. 2014 г.	120/5	11,66	12,40	17,61	0,00	2,08	213,14	90,78	15,45	204,1	2,29	288,5	310,48	0,65	0,08	0,44		
Хлеб "Вкус Здоровья"	60	4,12	0,00	0,44	0,44	28,98	139,42	8,97	13,27	34,97	0,92	0	0	0,78	0,07	0		
сыр порциями	25	6,44	6,44	6,52	0,00	0,00	85,90	245	13,48	147	0,17	51,45	59,5	0,1	0,01	0,17		
Чай с сахаром №628, сб. 1996 г.	200	0,38	0,00	0,09	0,10	6,43	26,75	0,18	0	0	0,02	0	0	0	0	0		
<b>Итого за прием</b>		22,77	18,84	25,45	1,34	38,32	476,24	338,4	42,53	364,3	3,26	236,1	370,22	1,91	0,14	0,58		
<b>Обед [1206]</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 макаронными изделиями №59, сб.2014 г.	250	2,71	0,01	2,15	0,46	18,86	107,35	13,63	20,92	55,64	0,86	8,5	217,92	0,31	0,08	6,6		
Тефтели из говядины с рисом №106, сб.2014 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	12,37	250,00	15,44	23,09	125	0,99	0	0	6,37	0,04	0,2		
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		
Напиток из плодов шиповника №301, сб. шк. 2014 г.	200	0,67	0,00	0,27	0,27	28,99	118,65	12,22	3,23	3,16	0,64	0	163,4	0,76	0,01	80		
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		
Апельсины	246	2,21	0,00	0,49	0,49	19,93	98,60	83,64	31,98	56,58	0,74	0	19,68	0,49	0,1	147,6		
<b>Итого за прием</b>		31,32	12,93	29,08	15,86	155,44	1023,16	214,8	167,5	487,6	8,2	44,46	1519,25	10,22	0,53	250,2		
<b>Итого за день</b>		54,09	31,77	54,53	17,20	193,76	1499,40	553,1	210	851,8	11,5	280,6	1889,47	12,12	0,66	250,7		

Завпроизводством: Саф (Хурматуллина Р.М.)

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

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

**МЕНЮ на 21.04.2021г. 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. жир.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мкг	В1, мг	С, мг	
<b>Завтрак [475]</b>																	
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2014 г.	80	1,34	0,00	6,39	6,39	6,62	88,34	33,92	18,75	37,01	1,2	0	1,88	3,02	0,01	1,88	
Омлет натуральный №218, сб. шк. 2014 г.	120/5	11,66	12,40	17,61	0,00	2,08	213,14	90,78	15,45	204,1	2,29	288,5	310,48	0,65	0,08	0,44	
Хлеб "Вкус Здоровья"	50	3,44	0,00	0,37	0,37	24,15	116,18	7,48	11,06	29,15	0,77	0	0	0,65	0,06	0	
сыр порциями	20,0	5,15	5,15	5,21	0,00	0,00	68,72	196	10,78	117,6	0,14	41,16	47,6	0,08	0,01	0,14	
Чай с сахаром №628, сб. 1996 г.	200	0,38	0,00	0,09	0,10	6,43	26,75	0,18	0	0	0,02	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		21,96	17,55	29,67	6,86	39,28	513,12	317,5	54,04	361,4	4,13	225,8	359,96	4,39	0,14	2,19	
<b>Обед [1114]</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 макаронными изделиями №59, сб.2014 г.	200	2,17	0,01	1,72	0,37	15,09	85,88	10,9	16,74	44,51	0,69	6,8	174,34	0,25	0,07	5,28	
Тефтели из говядины с рисом №106, сб.2014 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	12,37	250,00	15,44	23,09	125	0,99	0	0	6,37	0,04	0,2	
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	1111,6	0,59	0,11	9,9	
Напиток из ягод шиповника №301, сб. шк. 2014 г.	200	0,67	0,00	0,27	0,27	28,99	118,65	12,22	3,23	3,16	0,64	0	163,4	0,76	0,01	80	
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	
Апельсины	246	2,21	0,00	0,49	0,49	19,93	98,60	83,64	31,98	56,58	0,74	0	19,68	0,49	0,1	147,6	
<b>Итого за прием</b>		28,00	12,93	28,27	15,39	134,48	915,98	201,8	151,1	433	7	42,76	1475,5	9,63	0,45	248,8	
<b>Итого за день</b>		49,97	30,48	57,94	22,25	173,77	1429,10	519,3	205,1	794,4	11,1	268,6	1835,4	14,02	0,59	251	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 21.04.2021г. интернат с 12 лет и старше**

Наименование блюда	Выход, г	Белок, г		Жиры, г		Углевод-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. яиц	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>Завтрак [750]</b>																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2014 г.	100	1,67	0,00	7,99	7,99	8,28	110,42	42,41	23,44	46,26	1,51	0	2,35	3,77	0,02	2,35
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"	100	6,87	0,00	0,73	0,73	48,30	232,36	14,95	22,11	58,29	1,54	0	0	1,3	0,12	0
сыр порциями	25	6,44	6,44	6,52	0,00	0,00	85,90	245	13,48	147	0,17	51,45	59,5	0,1	0,01	0,17
Чай с сахаром №628, сб. 1996 г.	200	0,38	0,00	0,09	0,10	6,43	26,75	0,18	0	0	0,02	0	0	0	0	0
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>28,02</b>	<b>18,84</b>	<b>33,14</b>	<b>9,02</b>	<b>85,29</b>	<b>754,25</b>	<b>396,5</b>	<b>80,47</b>	<b>443,2</b>	<b>8,03</b>	<b>236,1</b>	<b>372,33</b>	<b>6,02</b>	<b>0,22</b>	<b>6,69</b>
<b>Обед [950]</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 макаронными изделиями №59, сб.2014 г.	250	2,71	0,01	2,15	0,46	18,86	107,35	13,63	20,92	55,64	0,86	8,5	217,92	0,31	0,08	6,6
Тефтели из говядины с рисом №106, сб.2014 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	12,37	250,00	15,44	23,09	125	0,99	0	0	6,37	0,04	0,2
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
Напиток из плодов шиповника №301, сб. шк. 2014 г.	200	0,67	0,00	0,27	0,27	28,99	118,65	12,22	3,23	3,16	0,64	0	163,4	0,76	0,01	80
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>28,44</b>	<b>12,93</b>	<b>28,83</b>	<b>15,62</b>	<b>122,70</b>	<b>872,49</b>	<b>140,8</b>	<b>153,4</b>	<b>483,8</b>	<b>8,91</b>	<b>44,46</b>	<b>1500,07</b>	<b>9,77</b>	<b>0,47</b>	<b>102,6</b>
<b>Полдник [476]</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
Апельсины	246	2,21	0,00	0,49	0,49	19,93	98,60	83,64	31,98	56,58	0,74	0	19,68	0,49	0,1	147,6
<b>Итого за прием</b>		<b>7,96</b>	<b>6,11</b>	<b>6,98</b>	<b>0,49</b>	<b>28,94</b>	<b>214,85</b>	<b>306,1</b>	<b>57,64</b>	<b>221,6</b>	<b>0,92</b>	<b>37,93</b>	<b>89,21</b>	<b>0,7</b>	<b>0,16</b>	<b>148,7</b>
<b>Ужин [530]</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
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
Кисель из концентрата №305, сб.шк.2014г.	200	0,00	0,00	0,00	0,00	9,98	37,92	0,3	0	0	0,03	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>25,11</b>	<b>16,75</b>	<b>20,44</b>	<b>6,03</b>	<b>70,18</b>	<b>570,44</b>	<b>41,58</b>	<b>65,85</b>	<b>290,8</b>	<b>4,75</b>	<b>0</b>	<b>78,26</b>	<b>4,24</b>	<b>0,25</b>	<b>21,27</b>
<b>Перед сном [192,3]</b>																
Кефир №279 сб.шк. 2014г.	192,3	5,47	5,47	6,03	0,00	7,54	109,87	226,1	26,38	179	0,19	37,69	42,31	0	0,06	1,32
<b>Итого за прием</b>		<b>5,47</b>	<b>5,47</b>	<b>6,03</b>	<b>0,00</b>	<b>7,54</b>	<b>109,87</b>	<b>226,1</b>	<b>26,38</b>	<b>179</b>	<b>0,19</b>	<b>37,69</b>	<b>42,31</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,32</b>
<b>Итого за день</b>		<b>94,99</b>	<b>60,10</b>	<b>95,42</b>	<b>31,17</b>	<b>314,64</b>	<b>2521,90</b>	<b>1111</b>	<b>383,8</b>	<b>1618</b>	<b>22,8</b>	<b>356,2</b>	<b>2082,18</b>	<b>20,73</b>	<b>1,16</b>	<b>280,5</b>

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)