

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 28.04.2021г. интернат 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						
		асого	в т.ч. жив.	воого	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	Р3,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
																	асого	в т.ч. жив.
<b>Завтрак [697,5]</b>																		
Суп молочный с крушой ("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"	80	5,50	0,00	0,58	0,58	38,64	185,89	11,96	17,69	46,63	1,23	0	0	1,04	0,1	0		
Масло сливочное порциями	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0		
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	1,04	0,00	0,21	0,21	20,96	85,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за прием</b>		11,58	4,44	13,68	0,93	85,47	509,00	174,1	41,18	183	1,52	66,66	93,95	1,25	0,15	0,78		
<b>Обед [785]</b>																		
Салат из свежих огурцов № 14, сб.2014 г.	80	0,75	0,00	3,60	0,03	2,08	43,32	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Суп картофельный с бобовыми №63, сб.2014 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	14,21	100,22	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73		
Тефтели рыбные с соусом № 87, сб.2014 г.	75/30	15,51	12,74	12,41	8,75	19,63	253,59	47,37*	29,79	155,9	1	19,48	72,65	5,05	0,11	3,71		
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	120	2,44	0,54	3,81	0,41	16,04	109,82	28,48	22,72	66,56	0,83	17,03	34,46	0,14	0,09	8,3		
Компот из смеси сухофруктов №293, сб.шк.2014г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	39,86	154,90	0	0	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		
<b>Итого за прием</b>		29,19	13,39	23,52	10,60	118,54	800,88	96,89	77,18	283,7	3,23	47,84	337,53	5,4	0,35	15,74		
<b>Полдник [451]</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		
Конфеты шоколадные	31	0,19	0,19	0,04	0,00	2,48	10,58	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Апельсины	220	1,98	0,00	0,44	0,44	17,82	88,18	74,8	28,6	50,6	0,66	0	17,6	0,44	0,09	132		
<b>Итого за прием</b>		7,91	6,30	6,97	0,44	29,31	215,02	297,3	54,26	215,6	0,84	37,93	87,13	0,65	0,15	133,1		
<b>Ужин [542]</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		
Запеканка картофельная с овощами №164, сб. шк.2014г.	150	4,38	1,91	7,59	8,07	19,93	167,55	24,06	29,56	92,42	1,36	13,5	253,05	3,6	0,1	4,64		
Хлеб пшеничный с сыром	70/20	4,63	0,00	0,46	0,46	32,69	156,45	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
яйцо отварное	52	6,60	6,60	5,98	0,00	0,36	81,62	28,6	6,24	99,84	1,3	130	135,2	0,31	0,04	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>		16,23	8,51	14,15	8,65	54,90	417,70	59,66	45,8	205,3	3,11	143,5	454,75	4,26	0,16	17,14		
<b>второй ужин [160]</b>																		
Кефир №279 сб.шк. 2014г.	160	4,55	4,55	5,02	0,00	6,27	91,41	188,2	21,95	149	0,16	31,36	35,2	0	0,05	1,1		
<b>Итого за прием</b>		4,55	4,55	5,02	0,00	6,27	91,41	188,2	21,95	149	0,16	31,36	35,2	0	0,05	1,1		
<b>Итого за день</b>		69,46	37,19	63,34	20,62	294,49	2034,01	816,1	240,4	1036	8,87	327,3	1008,56	11,56	0,86	167,9		

Зав.производством: Тар (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 28.04.2021г. школа 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угловоды, г	ЭЦЛ, 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 [710]</b>																	
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"	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	
Масло сливочное порциями	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0	
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	82,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		10,36	5,17	14,48	0,74	73,85	463,35	196,3	38,9	189,1	1,11	71,08	102,06	0,88	0,12	0,91	
<b>Обед [908]</b>																	
Салат из свежих огурцов № 14, сб.2014 г.	80	0,75	0,00	3,60	0,03	2,08	43,32	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Суп картофельный с бобовыми №63, сб.2014 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	14,21	100,22	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Тефтели рыбные с соусом № 87, сб.2014 г.	75/30	15,51	12,74	12,41	8,75	19,63	253,59	47,37	29,79	155,9	1	19,48	72,65	5,05	0,11	3,71	
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	160	3,25	0,72	5,08	0,55	21,38	146,43	37,97	30,3	88,75	1,1	22,7	45,95	0,19	0,13	11,07	
Компот из смеси сухофруктов №293, сб.шк.2014г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	39,86	154,90	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	0,44	0,03	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	
Пирожки печеные с яблоками №249, сб.шк.2014г.	75	4,17	0,43	2,15	0,77	32,36	166,35	13,11	7,51	35,66	0,98	10,52	20,14	0,72	0,05	1,04	
<b>Итого за прием</b>		34,70	14,00	26,79	11,36	165,23	1041,87	124,7	96,02	358,9	4,83	64,03	369,16	6,61	0,47	19,55	
<b>Итого за день</b>		45,06	19,17	41,27	12,09	239,08	1505,22	321	134,9	548	5,94	135,1	471,22	7,49	0,59	20,46	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 28.04.2021г. интернат с 12 лет и старше**

	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод-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	ГЭ, мг	B1, мг	C, мг
<b>Завтрак [760]</b>																
Суп молочный с крушой ("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"	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
Масло сливочное порциями	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0
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	82,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		13,80	5,17	14,84	1,10	98,00	579,54	203,8	49,95	218,2	1,88	71,08	102,06	1,53	0,18	0,91
<b>Обед [1030]</b>																
Салат из свежих огурцов № 14, сб.2014 г.	100	0,94	0,00	4,50	0,04	2,60	54,15	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Суп картофельный с бобовыми №63, сб.2014 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	17,76	125,28	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Тефтели рыбные с соусом № 87, сб.2014 г.	120/50	25,85	21,24	20,68	14,59	32,72	422,65	78,95	49,65	259,9	1,66	32,47	121,08	8,41	0,18	6,18
Картофельное пюре № 138, сб.шк. 2014 г.	140	2,85	0,63	4,44	0,48	18,71	128,12	33,23	26,51	77,65	0,96	19,87	40,21	0,17	0,11	9,69
Компот из смеси сухофруктов №293, сб.шк.2014г.	250	0,94	0,11	0,05	0,00	49,83	193,63	0	0	0	0	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>		44,06	22,00	34,50	17,10	161,70	1132,37	138,5	107	414	4,39	66,5	449,31	8,84	0,47	20,53
<b>Полдник [451]</b>																
Молоко топленое №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
Конфеты шоколадные	31	0,19	0,19	0,04	0,00	2,48	10,58	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Апельсины	220	1,98	0,00	0,44	0,44	17,82	88,18	74,8	28,6	50,6	0,66	0	17,6	0,44	0,09	132
<b>Итого за прием</b>		7,91	6,30	6,97	0,44	29,31	215,02	297,3	54,26	215,6	0,84	37,93	87,13	0,65	0,15	133,1
<b>Ужин [577]</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
Запеканка картофельная с овощами №164, сб. шк.2014г.	150	4,38	1,91	7,59	8,07	19,93	167,55	24,06	29,56	92,42	1,36	13,5	253,05	3,6	0,1	4,64
Хлеб пшеничный с сыром	100/25	4,63	0,00	0,46	0,46	32,69	156,45	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ябло отварное	52	6,60	6,60	5,98	0,00	0,36	81,62	28,6	6,24	99,84	1,3	130	135,2	0,31	0,04	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>		16,23	8,51	14,15	8,65	54,90	417,70	59,66	45,8	205,3	3,11	143,5	454,75	4,26	0,16	17,14
<b>второй ужин [185,9]</b>																
Кефир №279 сб.шк. 2014г.	185,9	5,28	5,28	5,83	0,00	7,29	106,21	218,6	25,51	173,1	0,18	36,44	40,9	0	0,05	1,28
<b>Итого за прием</b>		5,28	5,28	5,83	0,00	7,29	106,21	218,6	25,51	173,1	0,18	36,44	40,9	0	0,05	1,28
<b>Итого за день</b>		87,29	47,26	76,29	27,29	351,19	2450,83	917,8	282,5	1226	10,4	355,4	1134,15	15,28	1,03	173

Запроизводством: Таш (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра W (Кузьмина О.В.)