

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



**МЕНЮ на 19.05.2021г. 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. яиц	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	P3, мкг	T3, мкг	B1, мкг	C, мкг		
<b>Завтрак</b>																		
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" с маслом №1, сб.2014г.	100/10	7,79	0,05	9,07	0,98	47,41	313,85	23,72	32,34	87,12	1,98	57,82	65,3	1,4	0,16	0		
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,70	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26		
Сок	200	1,02	0,00	0,20	0,20	20,57	88,08	14,26	8,15	14,26	2,85	0	0	0,2	0,02	4,07		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>21,90</b>	<b>13,90</b>	<b>28,44</b>	<b>1,20</b>	<b>81,30</b>	<b>677,77</b>	<b>171</b>	<b>60,02</b>	<b>318,2</b>	<b>6,9</b>	<b>251,5</b>	<b>392,28</b>	<b>2,3</b>	<b>0,25</b>	<b>4,51</b>		
<b>Обед</b>																		
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	9,56	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	87,30	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	203,20	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	183,10	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	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0		
Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	26,72	154,70	28	37,6	126,4	3,12	0	0,8	1,12	0,14	0		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>29,86</b>	<b>17,84</b>	<b>26,14</b>	<b>1,85</b>	<b>103,52</b>	<b>796,17</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</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		
Апельсины	220	1,98	0,00	0,44	0,44	17,82	97,86	74,8	28,6	50,6	0,66	0	17,6	0,44	0,09	132		
Конфеты шоколадные	40	0,24	0,24	0,06	0,00	3,20	15,10	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,97</b>	<b>6,35</b>	<b>6,99</b>	<b>0,44</b>	<b>30,04</b>	<b>229,21</b>	<b>297,3</b>	<b>54,26</b>	<b>215,6</b>	<b>0,84</b>	<b>37,93</b>	<b>87,13</b>	<b>0,65</b>	<b>0,15</b>	<b>133,1</b>		
<b>Ужин</b>																		
помидоры свежие порц.	50	0,55	0,00	0,10	0,10	1,90	12,97	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	320,62	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	191,45	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 'Ужин'</b>		<b>24,15</b>	<b>15,91</b>	<b>19,45</b>	<b>5,76</b>	<b>69,23</b>	<b>562,96</b>	<b>40,39</b>	<b>63,44</b>	<b>278,6</b>	<b>4,57</b>	<b>0</b>	<b>77,67</b>	<b>4,09</b>	<b>0,25</b>	<b>20,83</b>		
<b>Перед сном</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 'Перед сном'</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>88,14</b>	<b>58,27</b>	<b>85,72</b>	<b>9,25</b>	<b>289,98</b>	<b>2351,81</b>	<b>798,4</b>	<b>318,2</b>	<b>1366</b>	<b>19,5</b>	<b>400,6</b>	<b>1964,58</b>	<b>9,6</b>	<b>1,06</b>	<b>181,3</b>		

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 19.05.2021г. школа 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	РЭ,мг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
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" с маслом №1, сб.2014г.	60/10	7,79	0,05	9,07	0,98	47,41	313,85	23,72	32,34	87,12	1,98	57,82	65,3	1,4	0,16	0	
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,70	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Кефир №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	
Конфеты шоколадные	40	0,24	0,24	0,06	0,00	3,20	15,10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>26,25</b>	<b>19,26</b>	<b>33,93</b>	<b>1,00</b>	<b>70,99</b>	<b>707,62</b>	<b>368</b>	<b>76,6</b>	<b>472</b>	<b>4,2</b>	<b>287</b>	<b>431,9</b>	<b>2,1</b>	<b>0,28</b>	<b>1,67</b>	
<b>Обед</b>																	
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	9,56	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	109,12	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	261,26	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	183,10	44,52	42,51	91,5	1,43	35,97	1111,6	0,59	0,11	9,9	
Компот из смеси сухофруктов №293, сб.шк.2014г.92	250	0,94	0,11	0,05	0,00	49,83	197,88	0,75	0	0	0,08	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	70	4,62	0,00	0,84	0,84	23,38	135,37	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	143,59	7,8	5,63	26,13	0,51	0	0	0,66	0,05	0	
Апельсины	220	1,98	0,00	0,44	0,44	17,82	97,86	74,8	28,6	50,6	0,66	0	17,6	0,44	0,09	132	
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>40,89</b>	<b>22,91</b>	<b>31,49</b>	<b>2,62</b>	<b>161,13</b>	<b>1137,73</b>	<b>200</b>	<b>158</b>	<b>522</b>	<b>8,4</b>	<b>94,6</b>	<b>1459</b>	<b>3,73</b>	<b>0,52</b>	<b>155</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>67,14</b>	<b>42,16</b>	<b>65,42</b>	<b>3,62</b>	<b>232,12</b>	<b>1845,35</b>	<b>568</b>	<b>234</b>	<b>993</b>	<b>13</b>	<b>381</b>	<b>1891</b>	<b>5,83</b>	<b>0,8</b>	<b>157</b>	

Завпроизводством: Хур (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ку (Кузьмина О.В.)



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



**МЕНЮ на 19.05.2021г. 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	PЭ, мкг	ГЭ, мкг	В1, мкг	С, мкг
<b>Завтрак</b>																
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" с маслом №1, сб.2014г.	50/10	7,79	0,05	9,07	0,98	47,41	313,85	23,72	32,34	87,12	1,98	57,82	65,3	1,4	0,16	0
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,70	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26
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
Конфеты шоколадные	40	0,24	0,24	0,06	0,00	3,20	15,10	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>25,39</b>	<b>18,41</b>	<b>32,99</b>	<b>1,00</b>	<b>69,81</b>	<b>690,48</b>	<b>333,1</b>	<b>72,46</b>	<b>443,6</b>	<b>4,19</b>	<b>280,9</b>	<b>425,28</b>	<b>2,1</b>	<b>0,27</b>	<b>1,46</b>
<b>Обед</b>																
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	9,56	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	87,30	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	203,20	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	183,10	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	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной	48	3,17	0,00	0,58	0,58	16,03	92,82	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	95,73	5,2	3,75	17,42	0,34	0	0	0,44	0,03	0
Апельсины	220	1,98	0,00	0,44	0,44	17,82	97,86	74,8	28,6	50,6	0,66	0	17,6	0,44	0,09	132
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>32,37</b>	<b>17,84</b>	<b>26,43</b>	<b>2,14</b>	<b>130,34</b>	<b>927,87</b>	<b>182,1</b>	<b>137,3</b>	<b>431</b>	<b>6,79</b>	<b>81,8</b>	<b>1391,78</b>	<b>2,99</b>	<b>0,44</b>	<b>153,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>57,76</b>	<b>36,24</b>	<b>59,43</b>	<b>3,14</b>	<b>200,15</b>	<b>1618,35</b>	<b>515,3</b>	<b>209,7</b>	<b>874,6</b>	<b>11</b>	<b>362,7</b>	<b>1817,06</b>	<b>5,09</b>	<b>0,71</b>	<b>155,3</b>

Завпроизводством: Таб (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра И (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 19.05.2021г. интернат 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	P,мг	T,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
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" с маслом №1, сб.2014г.	100/10	7,79	0,05	9,07	0,98	47,41	313,85	23,72	32,34	87,12	1,98	57,82	65,3	1,4	0,16	0	
Чай с молоком и сахаром №283, сб. шк. 2014 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	11,23	62,70	53,06	6,09	39,15	0,07	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Сок	200	1,02	0,00	0,20	0,20	20,57	88,08	14,26	8,15	14,26	2,85	0	0	0,2	0,02	4,07	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>21,90</b>	<b>13,90</b>	<b>28,44</b>	<b>1,20</b>	<b>81,30</b>	<b>677,77</b>	<b>171</b>	<b>60,02</b>	<b>318,2</b>	<b>6,9</b>	<b>251,5</b>	<b>392,28</b>	<b>2,3</b>	<b>0,25</b>	<b>4,51</b>	
<b>Обед</b>																	
огурцы свежие порц.	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	9,56	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	109,12	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	261,26	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	183,10	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	197,88	0,75	0	0	0,08	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	120	7,92	0,00	1,44	1,44	40,08	232,06	42	56,4	189,6	4,68	0	1,2	1,68	0,22	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>38,24</b>	<b>22,91</b>	<b>31,30</b>	<b>2,42</b>	<b>130,49</b>	<b>992,97</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</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	
Апельсины	220	1,98	0,00	0,44	0,44	17,82	97,86	74,8	28,6	50,6	0,66	0	17,6	0,44	0,09	132	
Конфеты шоколадные	40	0,24	0,24	0,06	0,00	3,20	15,10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,97</b>	<b>6,35</b>	<b>6,99</b>	<b>0,44</b>	<b>30,04</b>	<b>229,21</b>	<b>297,3</b>	<b>54,26</b>	<b>215,6</b>	<b>0,84</b>	<b>37,93</b>	<b>87,13</b>	<b>0,65</b>	<b>0,15</b>	<b>133,1</b>	
<b>Ужин</b>																	
помидоры свежие порц.	50	0,55	0,00	0,10	0,10	1,90	12,97	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	320,62	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	191,45	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 'Ужин'</b>		<b>24,15</b>	<b>15,91</b>	<b>19,45</b>	<b>5,76</b>	<b>69,23</b>	<b>562,96</b>	<b>40,39</b>	<b>63,44</b>	<b>278,6</b>	<b>4,57</b>	<b>0</b>	<b>77,67</b>	<b>4,09</b>	<b>0,25</b>	<b>20,83</b>	
<b>Перед сном</b>																	
Кефир №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 'Перед сном'</b>		<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>0,00</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,7</b>	<b>24,7</b>	<b>167,6</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>97,38</b>	<b>64,19</b>	<b>91,81</b>	<b>9,83</b>	<b>318,12</b>	<b>2565,75</b>	<b>854,9</b>	<b>349,5</b>	<b>1504</b>	<b>21,7</b>	<b>419,3</b>	<b>2038,35</b>	<b>10,38</b>	<b>1,17</b>	<b>183</b>	

Заготовлено:

*Тар*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*К*

(Кузьмина О.В.)