



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



МЕНЮ на 22.01.2024г. 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТО,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша молочная "Дружба" №355, сб. Онищенко ПТ	150	4,99	2,16	6,32	0,02	30,29	193,84	104,6	34,55	121,9	0,82	38,98	87,21	0,54	0,09	0,51	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Морковь с сахаром №16	60	0,70	0,00	0,05	0,00	7,60	30,43	13,76	19,04	27,56	0,36	0	1152	0,23	0,02	1,15	
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Итого за 'Завтрак'		14,25	5,25	18,05	0,81	103,82	622,13	253	93,18	294,8	5,29	108,8	1326,51	1,85	0,26	6,18	
Обед																	
Салат витаминный №21	60	0,89	0,00	2,73	0,00	7,70	56,06	21,62	11,05	18,34	0,55	0	301,91	1,45	0,02	3,8	
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66	
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27	
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный "Уныш" №2, сб.2021г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0	
Итого за 'Обед'		21,91	13,89	27,48	2,69	94,27	700,01	87,59	91,71	323,7	4,52	65,15	1138,22	3,69	0,15	15,74	
Полдник																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1	
мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
Итого за 'Полдник'		6,62	6,11	6,65	0,72	60,53	315,66	251,3	41,86	184,8	4,14	25,28	55,35	0,36	0,11	19,1	
Ужин																	
Салат "Школьный" №32, сб.2021	60	1,04	0,00	4,44	0,00	5,94	64,56	20,04	12,52	27,2	0,68	0	5,54	2,26	0,02	2,75	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0	
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
Итого за 'Ужин'		8,13	0,07	15,95	1,00	65,72	429,98	59,77	68,17	168	3,15	50,98	477,34	3,27	0,24	18,41	
второй ужин																	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0	
йогурт №297 сб. 2021	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	
Итого за 'второй ужин'		6,84	4,26	5,03	0,33	22,74	165,90	183,9	31,36	168,1	0,8	29,4	33	0,43	0,1	1,03	
Итого за день		57,75	29,59	73,16	5,55	347,08	2233,67	835,5	326,3	1139	17,9	279,6	3030,42	9,61	0,87	60,45	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.) Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю



МЕНЮ на 22.01.2024г. интернат 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																		
Каша молочная "Дружба" №355, сб. Онищенко ГТ	180	5,99	2,59	7,58	0,03	36,35	232,61	125,6	41,46	146,3	0,98	46,78	104,65	0,65	0,11	0,61		
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0		
Морковь с сахаром №16	80	0,94	0,00	0,07	0,00	10,13	40,58	18,35	25,39	36,75	0,48	0	1536	0,31	0,03	1,54		
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4		
Итого за 'Завтрак'		15,48	5,69	19,33	0,81	112,42	671,04	278,5	106,4	328,4	5,57	116,6	1727,95	2,04	0,29	6,67		
Обед																		
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34		
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66		
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27		
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0		
Хлеб пшеничный "Упыш" №2, сб.2021г.	120	0,97	0,00	0,18	0,18	6,13	28,43	5,15	6,91	23,23	0,57	0	0,15	0,21	0,03	0		
Итого за 'Обед'		22,83	13,89	29,36	2,75	101,44	746,86	103,7	101,4	343,6	5,08	65,15	1339,54	4,73	0,17	18,27		
Полдник																		
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1		
мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18		
Итого за 'Полдник'		6,62	6,11	6,65	0,72	60,53	315,66	251,3	41,86	184,8	4,14	25,28	55,35	0,36	0,11	19,1		
Ужин																		
Салат "Школьный" №32, сб.2021	100	1,74	0,00	7,40	0,00	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	220	4,57	0,09	13,52	0,75	36,69	281,98	34,21	51,32	128,8	1,98	62,3	576,47	0,57	0,19	17,77		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0		
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12		
Итого за 'Ужин'		10,69	0,09	21,50	1,27	83,09	556,36	82,36	90,16	221	4,22	62,3	585,84	5,06	0,31	23,48		
второй ужин																		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0		
йогурт №297 сб. 2021	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		
Итого за 'второй ужин '		7,70	5,12	5,97	0,33	23,91	183,04	219,2	35,48	196	0,83	35,28	39,6	0,43	0,11	1,23		
Итого за день		63,32	30,89	82,81	5,88	381,39	2472,96	935,1	375,3	1274	19,9	304,6	3748,29	12,62	0,99	68,75		

Запроизводством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 22.01.2024г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Каша молочная "Дружба" №355, сб. Онищенко ГТ	150	4,99	2,16	6,32	0,02	30,29	193,84	104,6	34,55	121,9	0,82	38,98	87,21	0,54	0,09	0,51		
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0		
Морковь с сахаром №16	90	1,06	0,00	0,08	0,00	11,40	45,65	20,65	28,56	41,34	0,54	0	1728	0,35	0,04	1,73		
Итого за 'Завтрак'		13,60	5,25	17,88	0,61	87,02	550,86	245,9	94,7	294,6	2,67	108,8	1902,51	1,77	0,25	2,76		
Обед																		
Салат витаминный №21	60	0,89	0,00	2,73	0,00	7,70	56,06	21,62	11,05	18,34	0,55	0	301,91	1,45	0,02	3,8		
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	200	1,49	0,20	3,66	2,06	7,66	67,25	32,23	15,56	34,67	0,54	12	216,73	1,03	0,04	9,33		
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27		
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0		
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	48	0,39	0,00	0,07	0,07	2,45	11,37	2,06	2,76	9,29	0,23	0	0,06	0,08	0,01	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18		
Итого за 'Обед'		25,06	13,84	27,70	3,31	125,70	837,95	126,5	118,8	365,3	11,5	62,15	1093	4,29	0,25	35,4		
Итого за день		38,66	19,09	45,58	3,92	212,73	1388,82	372,3	213,5	659,9	14,1	171	2995,5	6,06	0,5	38,16		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 22.01.2024г. 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.			Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Каша молочная "Дружба" №355, сб. Онищенко ГТ	180	5,99	2,59	7,58	0,03	36,35	232,61	125,6	41,46	146,3	0,98	46,78	104,65	0,65	0,11	0,61	
Кофейный напиток на молоке №304, сб. 2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2021г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Морковь с сахаром №16	100	1,17	0,00	0,08	0,00	12,67	50,72	22,94	31,74	45,94	0,6	0	1920	0,38	0,04	1,92	
Итого за 'Завтрак'		14,72	5,69	19,15	0,61	94,35	594,71	269,1	104,8	323,6	2,89	116,6	2111,95	1,92	0,28	3,05	
Обед																	
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34	
Щи "Новгородские" №287, сб. Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66	
Плов из отварной говядины №120, сб. 2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27	
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2021г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0	
Хлеб пшеничный "Уныш" №2, сб. 2021г.	70	0,57	0,00	0,10	0,10	3,58	16,58	3	4,03	13,55	0,33	0	0,09	0,12	0,02	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
Итого за 'Обед'		27,24	13,89	30,60	3,99	140,62	929,43	152,9	135,6	401,9	12,3	65,15	1348,48	5,72	0,3	40,27	
Итого за день		41,95	19,57	49,75	4,60	234,97	1524,13	422	240,4	725,4	15,2	181,8	3460,43	7,64	0,57	43,33	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)