

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

**МЕНЮ на 22.09.2022г. 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	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	200/25	36,43	32,55	24,58	0,00	61,32	611,41	294,4	49,14	392,4	1,72	156,4	180,24	1,1	0,12	0,61	
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>48,26</b>	<b>39,16</b>	<b>31,97</b>	<b>0,72</b>	<b>120,25</b>	<b>957,33</b>	<b>569,4</b>	<b>91,26</b>	<b>608,6</b>	<b>5,77</b>	<b>203,6</b>	<b>238,84</b>	<b>2,07</b>	<b>0,24</b>	<b>5</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Перец и фаршированный с мясом и рисом №114 сб.2021	250	15,51	17,41	12,37	0,13	16,89	236,56	22,23	21,86	124,8	1,9	8,36	383,22	1,59	0,04	2,69	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>23,60</b>	<b>18,95</b>	<b>23,69</b>	<b>0,81</b>	<b>63,40</b>	<b>544,77</b>	<b>69,65</b>	<b>71,45</b>	<b>263,2</b>	<b>5,19</b>	<b>37,69</b>	<b>963,66</b>	<b>5,82</b>	<b>0,28</b>	<b>9,22</b>	
<b>Полдник</b>																	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
сливы сб.2021г.	125	1,00	0,00	0,38	0,38	13,88	60,51	25	11,25	25	0,63	0	21,25	0,75	0,08	12,5	
Печенье овсяное сб.2021 ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>5,70</b>	<b>2,92</b>	<b>7,24</b>	<b>0,38</b>	<b>40,14</b>	<b>241,47</b>	<b>133,6</b>	<b>32,3</b>	<b>117</b>	<b>1,2</b>	<b>12</b>	<b>43,32</b>	<b>0,76</b>	<b>0,11</b>	<b>13,02</b>	
<b>Ужин</b>																	
Икра свекольная № 47, сб.2021	80	1,62	0,00	5,72	0,00	10,48	95,06	28,81	18,93	38,69	1,13	0	28,42	3,01	0,02	2,8	
Макароны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	180	8,33	4,19	10,38	0,00	28,33	239,35	56,61	12,3	99,85	1,18	82,23	31,77	0,05	0,06	0,17	
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	
кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>14,08</b>	<b>4,19</b>	<b>16,62</b>	<b>0,52</b>	<b>81,61</b>	<b>522,89</b>	<b>317,4</b>	<b>60,65</b>	<b>184</b>	<b>3,35</b>	<b>184,2</b>	<b>63,46</b>	<b>3,75</b>	<b>0,47</b>	<b>14,17</b>	
<b>перед сном</b>																	
Ряженка №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>0,00</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,3</b>	<b>22,05</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>97,67</b>	<b>71,25</b>	<b>81,73</b>	<b>2,43</b>	<b>314,07</b>	<b>2348,22</b>	<b>1272</b>	<b>277,7</b>	<b>1312</b>	<b>15,7</b>	<b>452,2</b>	<b>1324,28</b>	<b>12,4</b>	<b>1,14</b>	<b>42,3</b>	

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 22.09.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	200/25	36,43	32,55	24,58	0,00	61,32	611,41	294,4	49,14	392,4	1,72	156,4	180,24	1,1	0,12	0,61	
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г-2.	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
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	0,4	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>48,26</b>	<b>39,16</b>	<b>31,97</b>	<b>0,72</b>	<b>120,25</b>	<b>957,33</b>	<b>569,4</b>	<b>91,26</b>	<b>608,6</b>	<b>5,77</b>	<b>203,6</b>	<b>238,84</b>	<b>2,07</b>	<b>0,24</b>	<b>5</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66	
Перец и фаршированный с мясом и рисом №114 сб.2021	250	15,51	17,41	12,37	0,13	16,89	236,56	22,23	21,86	124,8	1,9	8,36	383,22	1,59	0,04	2,69	
Компот из свежих плодов №311, сб. 2021	200	0,15	0,00	0,11	0,12	18,39	70,26	7,08	4,18	5,57	0,84	0	0,8	0,16	0,01	0,8	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>25,75</b>	<b>19,34</b>	<b>26,53</b>	<b>0,98</b>	<b>71,45</b>	<b>609,00</b>	<b>80,59</b>	<b>83,95</b>	<b>300,3</b>	<b>5,9</b>	<b>45,02</b>	<b>1108,59</b>	<b>6,87</b>	<b>0,34</b>	<b>10,66</b>	
<b>Полдник</b>																	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52	
сливы сб.2021г.	125	1,00	0,00	0,38	0,38	13,88	60,51	25	11,25	25	0,63	0	21,25	0,75	0,08	12,5	
Печенье овсяное сб.2021 ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>6,41</b>	<b>2,93</b>	<b>9,11</b>	<b>0,38</b>	<b>46,09</b>	<b>284,40</b>	<b>133,6</b>	<b>32,3</b>	<b>117</b>	<b>1,2</b>	<b>12</b>	<b>43,32</b>	<b>0,76</b>	<b>0,11</b>	<b>13,02</b>	
<b>Ужин</b>																	
Икра свекольная № 47, сб.2021	100	2,03	0,00	7,14	0,00	13,10	118,82	36,02	23,66	48,37	1,41	0	35,52	3,76	0,03	3,5	
Макароны, запеченные с яйцом №215, сб. 2016 г.	200	9,25	4,66	11,53	0,00	31,48	265,94	62,9	13,67	111	1,31	91,37	35,3	0,05	0,07	0,18	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0	
кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>16,44</b>	<b>4,66</b>	<b>19,33</b>	<b>0,65</b>	<b>94,12</b>	<b>605,33</b>	<b>333,9</b>	<b>71,06</b>	<b>216,2</b>	<b>4,03</b>	<b>193,4</b>	<b>74,1</b>	<b>4,68</b>	<b>0,5</b>	<b>14,89</b>	
<b>перед сном</b>																	
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51	
<b>Итого за 'перед сном'</b>		<b>6,26</b>	<b>6,26</b>	<b>6,91</b>	<b>0,00</b>	<b>8,63</b>	<b>125,81</b>	<b>259</b>	<b>30,21</b>	<b>205</b>	<b>0,22</b>	<b>43,16</b>	<b>48,44</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,51</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>103,12</b>	<b>72,34</b>	<b>93,84</b>	<b>2,73</b>	<b>340,54</b>	<b>2581,87</b>	<b>1376</b>	<b>308,8</b>	<b>1447</b>	<b>17,1</b>	<b>497,1</b>	<b>1513,3</b>	<b>14,38</b>	<b>1,25</b>	<b>45,08</b>	

Запроизводством: \_\_\_\_\_

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 22.09.2022г. 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,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	200/25	36,43	32,55	24,58	0,00	61,32	611,41	294,4	49,14	392,4	1,72	156,4	180,24	1,1	0,12	0,61	
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
ряженка №297 сб. 2021	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>52,48</b>	<b>44,37</b>	<b>37,52</b>	<b>0,52</b>	<b>106,84</b>	<b>975,69</b>	<b>771,2</b>	<b>108,4</b>	<b>765,5</b>	<b>3,15</b>	<b>239,5</b>	<b>279,21</b>	<b>1,87</b>	<b>0,28</b>	<b>2,26</b>	
Обед																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Перец и фаршированный с мясом и рисом №114 сб.2021	250	15,51	17,41	12,37	0,13	16,89	236,56	22,23	21,86	124,8	1,9	8,36	383,22	1,59	0,04	2,69	
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №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	
сливы сб.2021г.	125	1,00	0,00	0,38	0,38	13,88	60,51	25	11,25	25	0,63	0	21,25	0,75	0,08	12,5	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>27,26</b>	<b>18,95</b>	<b>24,38</b>	<b>1,48</b>	<b>91,33</b>	<b>678,08</b>	<b>106,2</b>	<b>93,3</b>	<b>313,2</b>	<b>8,14</b>	<b>37,69</b>	<b>984,07</b>	<b>6,9</b>	<b>0,4</b>	<b>24,92</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>79,74</b>	<b>63,32</b>	<b>61,90</b>	<b>2,00</b>	<b>198,17</b>	<b>1653,77</b>	<b>877,4</b>	<b>201,7</b>	<b>1079</b>	<b>11,3</b>	<b>277,2</b>	<b>1263,28</b>	<b>8,77</b>	<b>0,68</b>	<b>27,19</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 22.09.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Запеканка из творога с повидлом №239 сб. 2021	200/25	36,43	32,55	24,58	0,00	61,32	611,41	294,4	49,14	392,4	1,72	156,4	180,24	1,1	0,12	0,61
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>53,52</b>	<b>45,41</b>	<b>38,68</b>	<b>0,52</b>	<b>108,28</b>	<b>996,66</b>	<b>814,4</b>	<b>113,5</b>	<b>799,6</b>	<b>3,19</b>	<b>246,7</b>	<b>287,28</b>	<b>1,87</b>	<b>0,29</b>	<b>2,52</b>
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Перец и фаршированный с мясом и рисом №114 сб.2021	250	15,51	17,41	12,37	0,13	16,89	236,56	22,23	21,86	124,8	1,9	8,36	383,22	1,59	0,04	2,69
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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №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
сливы сб.2021г.	125	1,00	0,00	0,38	0,38	13,88	60,51	25	11,25	25	0,63	0	21,25	0,75	0,08	12,5
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>30,29</b>	<b>19,34</b>	<b>27,31</b>	<b>1,75</b>	<b>105,21</b>	<b>770,13</b>	<b>119,4</b>	<b>109,1</b>	<b>358,2</b>	<b>9,03</b>	<b>45,02</b>	<b>1128,98</b>	<b>8,09</b>	<b>0,48</b>	<b>26,36</b>
<b>Итого за день</b>		<b>83,81</b>	<b>64,75</b>	<b>65,99</b>	<b>2,28</b>	<b>213,49</b>	<b>1766,78</b>	<b>933,8</b>	<b>222,6</b>	<b>1158</b>	<b>12,2</b>	<b>291,8</b>	<b>1416,26</b>	<b>9,96</b>	<b>0,77</b>	<b>28,87</b>

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)