

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

**МЕНЮ на 22.11.2023г. 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	PЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Омлет со сладким перцем №416, сб.Онищенко Г.Г.	160	12,96	13,48	15,44	0,02	3,71	204,27	92,1	16,33	196,7	2,3	174,5	60	0,17	0,07	19,39		
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		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	0		
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0		
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>21,80</b>	<b>13,48</b>	<b>18,63</b>	<b>0,81</b>	<b>102,74</b>	<b>651,13</b>	<b>127,9</b>	<b>48,97</b>	<b>288,2</b>	<b>6,74</b>	<b>174,5</b>	<b>60,14</b>	<b>2,36</b>	<b>0,23</b>	<b>24,51</b>		
<b>Обед</b>																		
Винегрет овощной №42, сб.2021	80	1,53	0,00	2,07	0,09	9,15	57,55	19,67	19,8	46,73	0,65	0	329,35	0,15	0,08	9,81		
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37		
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98		
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0		
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.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>24,36</b>	<b>16,18</b>	<b>28,04</b>	<b>8,78</b>	<b>99,77</b>	<b>726,90</b>	<b>90,07</b>	<b>100,2</b>	<b>343,9</b>	<b>5,24</b>	<b>25,96</b>	<b>1382,99</b>	<b>5,06</b>	<b>0,31</b>	<b>28,15</b>		
<b>Полдник</b>																		
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		
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	65	5,54	0,00	2,08	2,08	67,61	303,80	21,77	26,17	63,24	1,99	0	0	1,21	0,12	0,23		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>11,92</b>	<b>6,11</b>	<b>8,66</b>	<b>2,72</b>	<b>95,19</b>	<b>492,94</b>	<b>269,9</b>	<b>66,24</b>	<b>245,8</b>	<b>5,7</b>	<b>25,28</b>	<b>54,35</b>	<b>1,53</b>	<b>0,22</b>	<b>17,33</b>		
<b>Ужин</b>																		
Салат "Степной" №40, сб.2021	60	0,98	0,00	2,05	0,00	6,06	44,61	11,07	11,72	28,08	0,37	0	233,47	0,11	0,04	1,79		
Котлета де-воляй №607, сб.Онищенко Г.Г.	90	14,38	12,25	19,09	3,91	14,93	288,79	22,6	18,72	138,7	1,62	73,19	92,26	2,53	0,06	0,35		
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89		
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №2, сб.2021г.шк	50/20	5,80	5,15	5,33	0,12	4,09	87,67	199,4	15,39	133,1	0,52	41,16	47,7	0,22	0,02	0,14		
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>24,61</b>	<b>17,40</b>	<b>31,29</b>	<b>4,04</b>	<b>42,41</b>	<b>540,05</b>	<b>309,2</b>	<b>73,31</b>	<b>354,3</b>	<b>3,57</b>	<b>114,4</b>	<b>449,44</b>	<b>5,43</b>	<b>0,17</b>	<b>34,17</b>		
<b>второй ужин</b>																		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0		
Кефир №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		
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,15</b>	<b>5,12</b>	<b>5,78</b>	<b>0,13</b>	<b>13,80</b>	<b>134,92</b>	<b>214,7</b>	<b>29,01</b>	<b>179</b>	<b>0,44</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0,17</b>	<b>0,07</b>	<b>1,23</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>88,84</b>	<b>58,29</b>	<b>92,39</b>	<b>16,49</b>	<b>353,91</b>	<b>2545,94</b>	<b>1012</b>	<b>317,7</b>	<b>1411</b>	<b>21,7</b>	<b>375,3</b>	<b>1986,52</b>	<b>14,54</b>	<b>1,01</b>	<b>105,4</b>		

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

Медсестра д (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 22.11.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Омлет со сладким перцем №416, сб.Онищенко Г.Г.	200	16,20	16,85	19,30	0,03	4,64	255,34	115,1	20,41	245,9	2,87	218,1	75	0,21	0,09	24,24		
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		
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		
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0		
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>25,56</b>	<b>16,85</b>	<b>22,56</b>	<b>0,88</b>	<b>107,04</b>	<b>718,24</b>	<b>152,4</b>	<b>55,2</b>	<b>343</b>	<b>7,44</b>	<b>218,1</b>	<b>75,14</b>	<b>2,49</b>	<b>0,26</b>	<b>29,36</b>		
<b>Обед</b>																		
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26		
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,00	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71		
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98		
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0		
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 подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,41</b>	<b>16,23</b>	<b>29,71</b>	<b>8,96</b>	<b>113,32</b>	<b>802,72</b>	<b>103,7</b>	<b>115,3</b>	<b>384,5</b>	<b>5,93</b>	<b>30,59</b>	<b>1514,38</b>	<b>5,36</b>	<b>0,37</b>	<b>31,95</b>		
<b>Полдник</b>																		
Молоко кипяченное №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		
Булка или батон с повидлом №1/1, сб.2021г.	65	5,54	0,00	2,08	2,08	67,61	303,80	21,77	26,17	63,24	1,99	0	0	1,21	0,12	0,23		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>11,92</b>	<b>6,11</b>	<b>8,66</b>	<b>2,72</b>	<b>95,19</b>	<b>492,94</b>	<b>269,9</b>	<b>66,24</b>	<b>245,8</b>	<b>5,7</b>	<b>25,28</b>	<b>54,35</b>	<b>1,53</b>	<b>0,22</b>	<b>17,33</b>		
<b>Ужин</b>																		
Салат "Степной" №40, сб.2021	100	1,64	0,00	3,41	0,00	10,10	74,34	18,46	19,53	46,81	0,61	0	389,12	0,18	0,06	2,98		
Котлета де-воляй №607, сб.Онищенко Г.Г.	90	14,38	12,25	19,09	3,91	14,93	288,79	22,6	18,72	138,7	1,62	73,19	92,26	2,53	0,06	0,35		
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27		
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №2, сб.2021г.	70/30	5,80	5,15	5,33	0,12	4,09	87,67	199,4	15,39	133,1	0,52	41,16	47,7	0,22	0,02	0,14		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>25,94</b>	<b>17,40</b>	<b>33,61</b>	<b>4,04</b>	<b>49,91</b>	<b>593,47</b>	<b>331,8</b>	<b>86,62</b>	<b>383,9</b>	<b>4,03</b>	<b>114,4</b>	<b>620,29</b>	<b>6,01</b>	<b>0,21</b>	<b>41,74</b>		
<b>второй ужин</b>																		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0		
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37		
<b>Итого за 'второй ужин '</b>		<b>6,72</b>	<b>5,68</b>	<b>6,40</b>	<b>0,13</b>	<b>14,58</b>	<b>146,35</b>	<b>238,2</b>	<b>31,75</b>	<b>197,6</b>	<b>0,46</b>	<b>39,2</b>	<b>44</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>1,37</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>96,55</b>	<b>62,28</b>	<b>100,95</b>	<b>16,74</b>	<b>380,05</b>	<b>2753,72</b>	<b>1096</b>	<b>355,1</b>	<b>1555</b>	<b>23,6</b>	<b>427,5</b>	<b>2308,16</b>	<b>15,56</b>	<b>1,14</b>	<b>121,8</b>		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 22.11.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>Завтрак</b>																
Омлет со сладким перцем №416, сб.Онищенко Г.Г.	160	12,96	13,48	15,44	0,02	3,71	204,27	92,1	16,33	196,7	2,3	174,5	60	0,17	0,07	19,39
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
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	0
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>20,80</b>	<b>13,48</b>	<b>18,43</b>	<b>0,61</b>	<b>82,14</b>	<b>564,65</b>	<b>113,9</b>	<b>40,97</b>	<b>274,2</b>	<b>3,94</b>	<b>174,5</b>	<b>60,14</b>	<b>2,16</b>	<b>0,21</b>	<b>20,51</b>
<b>Обед</b>																
Винегрет овощной №42, сб.2021	60	1,15	0,00	1,55	0,07	6,86	43,17	14,75	14,85	35,05	0,49	0	247,02	0,11	0,06	7,36
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98
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.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	48	3,58	0,00	0,42	0,42	22,06	108,21	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>27,17</b>	<b>16,09</b>	<b>28,57</b>	<b>9,85</b>	<b>108,87</b>	<b>787,60</b>	<b>119,9</b>	<b>111,6</b>	<b>346,6</b>	<b>10,9</b>	<b>25,96</b>	<b>1308,62</b>	<b>5,31</b>	<b>0,33</b>	<b>45,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>47,97</b>	<b>29,57</b>	<b>47,00</b>	<b>10,46</b>	<b>191,01</b>	<b>1352,25</b>	<b>233,7</b>	<b>152,6</b>	<b>620,8</b>	<b>14,9</b>	<b>200,4</b>	<b>1368,76</b>	<b>7,47</b>	<b>0,54</b>	<b>66,21</b>


Запроизводством: [Signature] (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра [Signature] (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 22.11.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																	
Омлет со сладким перцем №416, сб.Онищенко Г.Г.	200	16,20	16,85	19,30	0,03	4,64	255,34	115,1	20,41	245,9	2,87	218,1	75	0,21	0,09	24,24	
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	
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	
пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0	
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>24,56</b>	<b>16,85</b>	<b>22,36</b>	<b>0,68</b>	<b>86,44</b>	<b>631,76</b>	<b>138,4</b>	<b>47,2</b>	<b>329</b>	<b>4,64</b>	<b>218,1</b>	<b>75,14</b>	<b>2,29</b>	<b>0,24</b>	<b>25,36</b>	
Обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,00	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71	
Рагу овощное с мясом №118, сб.2014 г.	250	17,85	15,88	21,61	8,38	20,04	341,31	43,21	51,46	213,9	3,16	7,43	857,5	4,29	0,12	12,98	
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.	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.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,44</b>	<b>16,15</b>	<b>30,41</b>	<b>9,70</b>	<b>105,20</b>	<b>781,44</b>	<b>140,5</b>	<b>134,5</b>	<b>408,6</b>	<b>12</b>	<b>30,59</b>	<b>1522,4</b>	<b>5,74</b>	<b>0,42</b>	<b>51,95</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>51,00</b>	<b>32,99</b>	<b>52,77</b>	<b>10,38</b>	<b>191,65</b>	<b>1413,20</b>	<b>278,9</b>	<b>181,7</b>	<b>737,6</b>	<b>16,7</b>	<b>248,7</b>	<b>1597,54</b>	<b>8,03</b>	<b>0,66</b>	<b>77,31</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)