

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

**МЕНЮ на 23.11.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21	
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 №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	
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	80	1,40	0,03	3,86	0,00	14,38	95,60	11,83	19,95	38,37	0,39	18,09	903,6	0,28	0,03	0,87	
Сок	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>21,96</b>	<b>16,25</b>	<b>28,50</b>	<b>0,72</b>	<b>75,80</b>	<b>640,11</b>	<b>186,3</b>	<b>67,3</b>	<b>348,9</b>	<b>6,68</b>	<b>253,4</b>	<b>1296,9</b>	<b>1,96</b>	<b>0,21</b>	<b>5,34</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43	
Суп картофельный с лапшой домашней с мясом №62 сб.2021	200/25	9,27	7,70	7,51	0,24	15,64	165,84	16,06	24,45	111,9	1,63	8,6	179,54	0,41	0,08	5,28	
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,00	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99	
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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, 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>28,77</b>	<b>20,79</b>	<b>35,36</b>	<b>0,36</b>	<b>104,28</b>	<b>826,34</b>	<b>114,6</b>	<b>99,91</b>	<b>354,2</b>	<b>4,67</b>	<b>49,09</b>	<b>1054,11</b>	<b>8,9</b>	<b>0,3</b>	<b>15,84</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	
зефир сб.2021	50	0,40	0,40	0,05	0,00	40,40	156,92	12,5	3	6	0,7	0	0	0	0	0	
апельсин сб.2021г.	265	1,97	0,00	0,44	0,44	22,52	97,24	74,33	28,42	50,28	0,66	0	17,49	0,44	0,09	131,2	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,11</b>	<b>6,51</b>	<b>6,42</b>	<b>0,44</b>	<b>71,93</b>	<b>365,42</b>	<b>309,3</b>	<b>57,08</b>	<b>221,3</b>	<b>1,54</b>	<b>25,28</b>	<b>63,84</b>	<b>0,44</b>	<b>0,15</b>	<b>132,3</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	80	1,75	0,00	5,04	0,00	8,15	81,32	38,05	15,14	27,66	0,5	0	231,23	2,59	0,02	14,83	
Жаркое по-домашнему №101, сб.2021	200	20,22	17,68	20,19	0,00	21,99	346,40	30,55	49,46	256,5	3,78	0	0	0	0,11	2,72	
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 сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Ужин '</b>		<b>26,17</b>	<b>17,68</b>	<b>25,77</b>	<b>0,54</b>	<b>66,25</b>	<b>591,15</b>	<b>80,88</b>	<b>81,84</b>	<b>329,6</b>	<b>5,36</b>	<b>0</b>	<b>231,23</b>	<b>3,28</b>	<b>0,22</b>	<b>17,55</b>	
<b>Перед сном</b>																	
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 'Перед сном '</b>		<b>5,22</b>	<b>5,22</b>	<b>5,75</b>	<b>0,00</b>	<b>7,19</b>	<b>104,84</b>	<b>215,8</b>	<b>25,18</b>	<b>170,8</b>	<b>0,18</b>	<b>35,97</b>	<b>40,37</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,26</b>	
<b>Итого за день.</b>		<b>90,23</b>	<b>66,44</b>	<b>101,80</b>	<b>2,06</b>	<b>325,45</b>	<b>2527,85</b>	<b>906,9</b>	<b>331,3</b>	<b>1425</b>	<b>18,4</b>	<b>363,7</b>	<b>2686,45</b>	<b>14,59</b>	<b>0,93</b>	<b>172,3</b>	

Зав.производством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

тверждаю  
 директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92  
 Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 23.11.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Хлеб натуральный №234, сб.2021	200	18,52	19,69	29,95	0,00	3,33	356,41	127,2	21,34	282,5	3,17	305,7	509,74	1,06	0,09	0,65		
Хлеб 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	0,52		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, 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	0,14		
Пюре из овощей с рисом № 152 сб. 2021	80	1,40	0,03	3,86	0,00	14,38	95,60	11,83	19,95	38,37	0,39	18,09	903,6	0,28	0,03	0		
Салат из овощей № 158, сб. 2021	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>27,63</b>	<b>21,17</b>	<b>36,12</b>	<b>0,85</b>	<b>83,37</b>	<b>761,29</b>	<b>221,1</b>	<b>76,94</b>	<b>430,9</b>	<b>7,74</b>	<b>329,8</b>	<b>1424,34</b>	<b>2,4</b>	<b>0,25</b>	<b>5,31</b>		
<b>Обед</b>																		
Суп "Здоровье" №34, сб.2021	100	1,71	0,00	4,52	0,00	11,52	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05	2,2		
Суп картофельный с ланшой домашней с мясом №62 сб.2021	250/25	9,84	7,77	7,98	0,30	19,55	187,64	19,28	28,65	123,5	1,81	10,75	224,42	0,47	0,1	8,01		
Отбивная из филе горбуши №83 сб.2021	120	17,94	17,25	13,52	0,00	17,66	263,55	49,97	31,19	168	1,03	10,86	30,78	5,93	0,12	1,2		
Салат из овощей № 158, сб. 2021	200	3,65	0,06	15,47	0,32	22,81	240,12	35,13	27,02	65,62	1,11	35,95	191,09	4,12	0,07	12,46		
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	0,13		
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, 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>34,85</b>	<b>25,17</b>	<b>41,72</b>	<b>0,80</b>	<b>119,23</b>	<b>964,88</b>	<b>141,9</b>	<b>122,7</b>	<b>432,6</b>	<b>5,6</b>	<b>57,55</b>	<b>1295,7</b>	<b>10,98</b>	<b>0,37</b>	<b>24</b>		
<b>Полдник</b>																		
Суп картофельный с ланшой домашней с мясом №62 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	0,72		
Сыр с.2021	50	0,40	0,40	0,05	0,00	40,40	156,92	12,5	3	6	0,7	0	0	0	0	1		
Сельсин сб.2021г.	265	1,97	0,00	0,44	0,44	22,52	97,24	74,33	28,42	50,28	0,66	0	17,49	0,44	0,09	1,72		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,11</b>	<b>6,51</b>	<b>6,42</b>	<b>0,44</b>	<b>71,93</b>	<b>365,42</b>	<b>309,3</b>	<b>57,08</b>	<b>221,3</b>	<b>1,54</b>	<b>25,28</b>	<b>63,84</b>	<b>0,44</b>	<b>0,15</b>			<b>0,52</b>
<b>Ужин</b>																		
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	0,22		
Пюре картофельное по-домашнему №101, сб.2021	200	20,22	17,68	20,19	0,36	21,99	346,41	30,55	49,46	256,5	3,78	0	0	0	0,11	7,26		
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		
Хлеб с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	3,6		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>27,64</b>	<b>17,68</b>	<b>27,16</b>	<b>1,04</b>	<b>75,03</b>	<b>643,56</b>	<b>93,4</b>	<b>89,94</b>	<b>347,9</b>	<b>5,74</b>	<b>0</b>	<b>289,04</b>	<b>4,11</b>	<b>0,25</b>	<b>11,6</b>		
<b>Перед сном</b>																		
Пюре картофельное №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	1,18		
<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>1,18</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>104,49</b>	<b>76,79</b>	<b>118,33</b>	<b>3,13</b>	<b>358,19</b>	<b>2860,95</b>	<b>1025</b>	<b>376,9</b>	<b>1638</b>	<b>20,8</b>	<b>455,8</b>	<b>3121,36</b>	<b>17,92</b>	<b>1,08</b>	<b>43,8</b>		

произведено: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.) Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 23.11.2022г. 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																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	180	1,40	1,31	1,31	0,00	10,22	56,17	47,76	5,48	35,24	0,06	5,4	9,9	0	0,01	0,23
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
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>23,08</b>	<b>21,29</b>	<b>29,85</b>	<b>0,33</b>	<b>36,76</b>	<b>508,51</b>	<b>366,5</b>	<b>57,44</b>	<b>446,4</b>	<b>3,28</b>	<b>270,7</b>	<b>432,57</b>	<b>1,22</b>	<b>0,18</b>	<b>1,7</b>
Обед																
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	9,27	7,70	7,51	0,24	15,64	165,84	16,06	24,45	111,9	1,63	8,6	179,54	0,41	0,08	5,28
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	150	2,74	0,05	11,60	0,24	17,11	180,09	26,35	20,26	49,22	0,84	26,96	143,32	3,09	0,05	3,32
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.пнк.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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, 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
апельсин сб.2021г.	180	1,45	0,00	0,32	0,32	16,57	71,56	54,7	20,91	37	0,48	0	12,87	0,32	0,06	96,53
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>31,47</b>	<b>20,78</b>	<b>33,57</b>	<b>1,14</b>	<b>129,28</b>	<b>918,45</b>	<b>168,7</b>	<b>123,6</b>	<b>397,9</b>	<b>5,35</b>	<b>43,7</b>	<b>1038,27</b>	<b>8,9</b>	<b>0,38</b>	<b>111,7</b>
<b>Итого за день.</b>		<b>54,55</b>	<b>42,07</b>	<b>63,42</b>	<b>1,46</b>	<b>166,04</b>	<b>1426,97</b>	<b>535,1</b>	<b>181</b>	<b>844,3</b>	<b>8,63</b>	<b>314,4</b>	<b>1470,85</b>	<b>10,12</b>	<b>0,57</b>	<b>113,4</b>

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 23.11.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>Завтрак</b>																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
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 №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
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>24,79</b>	<b>22,48</b>	<b>31,21</b>	<b>0,39</b>	<b>42,71</b>	<b>551,76</b>	<b>416,4</b>	<b>65,24</b>	<b>490,1</b>	<b>3,45</b>	<b>278,5</b>	<b>441,75</b>	<b>1,31</b>	<b>0,21</b>	<b>1,98</b>
<b>Обед</b>																
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	9,84	7,77	7,98	0,30	19,55	187,64	19,28	28,65	123,5	1,81	10,75	224,42	0,47	0,1	6,6
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	100	14,95	14,38	11,27	0,00	14,72	219,62	41,64	25,99	140	0,86	9,05	25,65	4,94	0,1	0,15
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,29	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, 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
апельсин сб.2021г.	180	1,97	0,00	0,44	0,44	22,52	97,24	74,33	28,42	50,28	0,66	0	17,49	0,44	0,09	131,2
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>35,82</b>	<b>22,29</b>	<b>37,77</b>	<b>1,52</b>	<b>151,90</b>	<b>1061,21</b>	<b>204,9</b>	<b>147,5</b>	<b>462,3</b>	<b>6,32</b>	<b>52,15</b>	<b>1119,03</b>	<b>10,4</b>	<b>0,47</b>	<b>148,4</b>
<b>Итого за день.</b>		<b>60,61</b>	<b>44,77</b>	<b>68,98</b>	<b>1,92</b>	<b>194,61</b>	<b>1612,97</b>	<b>621,3</b>	<b>212,7</b>	<b>952,4</b>	<b>9,77</b>	<b>330,6</b>	<b>1560,78</b>	<b>11,71</b>	<b>0,68</b>	<b>150,3</b>

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)