

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



**МЕНЮ на 24.03.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46	
Чай с молоком и сахаром №301, 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	
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	
Морковь, тушеная с черносливом № 151сб. 2021	60	0,80	0,02	2,27	0,00	11,52	65,65	17,53	23,11	29,99	0,51	10,62	1040,4	0,38	0,02	1,06	
Сок фруктовый ТК № 6	192,3	0,96	0,00	0,19	0,19	19,81	83,15	13,46	7,69	13,46	2,69	0	0	0,19	0,02	3,85	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>24,11</b>	<b>17,84</b>	<b>27,90</b>	<b>0,74</b>	<b>72,45</b>	<b>627,29</b>	<b>330</b>	<b>80,33</b>	<b>413,2</b>	<b>6,62</b>	<b>240,6</b>	<b>1134,64</b>	<b>1,42</b>	<b>0,24</b>	<b>7,51</b>	
<b>обед</b>																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Суп картофельный с макаронными изделиями с курами №61 сб.2021	200/25	12,23	10,13	9,91	0,18	18,58	210,54	17,95	22,07	111,1	1,42	46,33	210,34	0,5	0,09	14,1	
Капуста тушеная с мясом №121/1, сб.2021	220	20,13	16,57	16,17	6,86	17,86	288,84	95,32	59,19	220,7	2,3	0	315,01	3,39	0,09	23,52	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
Хлеб подовый "Уньш" №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>35,10</b>	<b>26,70</b>	<b>26,49</b>	<b>7,45</b>	<b>83,58</b>	<b>687,72</b>	<b>166,1</b>	<b>130</b>	<b>400,6</b>	<b>5,77</b>	<b>46,33</b>	<b>749,45</b>	<b>5,87</b>	<b>0,26</b>	<b>57,8</b>	
<b>полдник</b>																	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	150	12,01	7,68	11,58	0,00	35,89	294,05	25,37	20,71	119,6	1,72	26,18	81,62	1,26	0,08	1,4	
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	
<b>Итого за 'полдник'</b>		<b>16,27</b>	<b>11,95</b>	<b>16,29</b>	<b>0,00</b>	<b>41,77</b>	<b>379,75</b>	<b>201,8</b>	<b>41,29</b>	<b>259,3</b>	<b>1,86</b>	<b>55,58</b>	<b>114,62</b>	<b>1,26</b>	<b>0,13</b>	<b>2,43</b>	
<b>Ужин</b>																	
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	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>14,59</b>	<b>5,64</b>	<b>13,16</b>	<b>1,24</b>	<b>77,79</b>	<b>481,04</b>	<b>149,4</b>	<b>51,39</b>	<b>203,7</b>	<b>6,12</b>	<b>91,23</b>	<b>57,02</b>	<b>1,14</b>	<b>0,21</b>	<b>17,93</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>90,07</b>	<b>62,13</b>	<b>83,83</b>	<b>9,43</b>	<b>275,59</b>	<b>2175,80</b>	<b>847,4</b>	<b>303</b>	<b>1277</b>	<b>20,4</b>	<b>433,8</b>	<b>2055,73</b>	<b>9,68</b>	<b>0,84</b>	<b>85,66</b>	

Зав.производством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 24.03.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	200	17,31	16,89	26,24	0,00	6,68	328,46	121	28,66	275,6	2,95	251,8	62,19	0,1	0,15	3,29	
Чай с молоком и сахаром №301, 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	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г	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	
Морковь, тушенная с черносливом № 151сб. 2021	80	1,07	0,02	3,02	0,00	15,36	87,54	23,38	30,82	39,98	0,68	14,16	1387,2	0,51	0,03	1,41	
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>28,74</b>	<b>22,07</b>	<b>35,22</b>	<b>0,74</b>	<b>78,75</b>	<b>734,62</b>	<b>366,7</b>	<b>95,51</b>	<b>492,7</b>	<b>7,63</b>	<b>307,1</b>	<b>1496,99</b>	<b>1,57</b>	<b>0,29</b>	<b>8,83</b>	
<b>обед</b>																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Суп картофельный с макаронными изделиями с курами №61 сб.2021	250/25	18,87	16,02	18,03	0,29	22,15	324,08	27,85	35,74	174,8	2,13	66,66	271,92	0,68	0,14	7,14	
Капуста тушенная с мясом №121/1, сб.2021	220	20,13	16,57	16,17	6,86	17,86	288,84	95,32	59,19	220,7	2,3	0	315,01	3,39	0,09	23,52	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
Хлеб подовый "Уныш" №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>42,29</b>	<b>32,59</b>	<b>34,70</b>	<b>7,66</b>	<b>90,24</b>	<b>815,92</b>	<b>180,5</b>	<b>150</b>	<b>477,2</b>	<b>6,85</b>	<b>66,66</b>	<b>837,68</b>	<b>6,26</b>	<b>0,34</b>	<b>55,84</b>	
<b>полдник</b>																	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	150	12,01	7,68	11,58	0,00	35,89	294,05	25,37	20,71	119,6	1,72	26,18	81,62	1,26	0,08	1,4	
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	
<b>Итого за 'полдник'</b>		<b>17,12</b>	<b>12,80</b>	<b>17,23</b>	<b>0,00</b>	<b>42,94</b>	<b>396,89</b>	<b>237,1</b>	<b>45,41</b>	<b>287,2</b>	<b>1,89</b>	<b>61,46</b>	<b>121,22</b>	<b>1,26</b>	<b>0,14</b>	<b>2,63</b>	
<b>Ужин</b>																	
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	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>15,52</b>	<b>6,11</b>	<b>14,31</b>	<b>1,24</b>	<b>80,94</b>	<b>507,63</b>	<b>155,7</b>	<b>52,75</b>	<b>214,8</b>	<b>6,25</b>	<b>100,4</b>	<b>60,55</b>	<b>1,15</b>	<b>0,22</b>	<b>17,94</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>103,67</b>	<b>73,57</b>	<b>101,46</b>	<b>9,64</b>	<b>292,88</b>	<b>2455,06</b>	<b>940</b>	<b>343,7</b>	<b>1472</b>	<b>22,6</b>	<b>535,6</b>	<b>2516,44</b>	<b>10,24</b>	<b>0,98</b>	<b>85,25</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)



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



**МЕНЮ на 24.03.2023г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46	
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	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>28,08</b>	<b>23,54</b>	<b>31,58</b>	<b>0,52</b>	<b>49,22</b>	<b>591,48</b>	<b>528,2</b>	<b>76,19</b>	<b>548,6</b>	<b>3,61</b>	<b>265,4</b>	<b>138,24</b>	<b>0,84</b>	<b>0,26</b>	<b>3,89</b>	
<b>обед</b>																	
помидоры свежие урожай 2023 годаТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28	
Капуста тушенная с мясом №121/1, сб.2021	200	18,30	15,07	14,70	6,24	16,23	262,58	86,66	53,8	200,7	2,1	0	286,37	3,08	0,08	21,38	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
<b>Итого за 'обед'</b>		<b>35,95</b>	<b>22,30</b>	<b>27,34</b>	<b>7,55</b>	<b>137,18</b>	<b>907,80</b>	<b>202</b>	<b>157,2</b>	<b>432,7</b>	<b>10,3</b>	<b>28,78</b>	<b>747,94</b>	<b>6,79</b>	<b>0,39</b>	<b>65,27</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>64,03</b>	<b>45,84</b>	<b>58,92</b>	<b>8,08</b>	<b>186,40</b>	<b>1499,29</b>	<b>730,3</b>	<b>233,4</b>	<b>981,3</b>	<b>13,9</b>	<b>294,2</b>	<b>886,18</b>	<b>7,63</b>	<b>0,65</b>	<b>69,16</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 24.03.2023г. 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	A,мг	PΩ,мкг	TΩ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46	
Чай с молоком и сахаром №301, 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	
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	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>27,46</b>	<b>22,94</b>	<b>31,08</b>	<b>0,54</b>	<b>48,17</b>	<b>581,32</b>	<b>510,7</b>	<b>74,22</b>	<b>537,4</b>	<b>3,59</b>	<b>265,3</b>	<b>133,84</b>	<b>0,84</b>	<b>0,25</b>	<b>3,84</b>	
обед																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25	
Суп картофельный с макаронными изделиями №б1 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6	
Капуста тушеная с мясом №121/1, сб.2021	220	20,13	16,57	16,17	6,86	17,86	288,84	95,32	59,19	220,7	2,3	0	315,01	3,39	0,09	23,52	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18	
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 "Уньш" №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	
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5	
<b>Итого за 'обед'</b>		<b>40,31</b>	<b>24,34</b>	<b>29,92</b>	<b>8,38</b>	<b>152,14</b>	<b>1006,31</b>	<b>220,7</b>	<b>176,8</b>	<b>485,5</b>	<b>11,2</b>	<b>31,61</b>	<b>846,78</b>	<b>7,51</b>	<b>0,45</b>	<b>73,73</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>67,77</b>	<b>47,28</b>	<b>61,00</b>	<b>8,92</b>	<b>200,31</b>	<b>1587,63</b>	<b>731,4</b>	<b>251</b>	<b>1023</b>	<b>14,8</b>	<b>296,9</b>	<b>980,63</b>	<b>8,35</b>	<b>0,71</b>	<b>77,56</b>	

Запроизводством: Лат (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра З (Кузьмина О.В.)