

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

**МЕНЮ на 25.01.2024г. 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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>Завтрак</b>																
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	180	33,77	31,46	5,98	0,00	46,02	371,82	168,6	36,69	263,8	1,02	43,53	49,8	0,41	0,08	0,45
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
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
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>41,22</b>	<b>32,91</b>	<b>10,99</b>	<b>0,74</b>	<b>103,48</b>	<b>670,86</b>	<b>269,1</b>	<b>79,07</b>	<b>380,8</b>	<b>5,46</b>	<b>52,53</b>	<b>368,21</b>	<b>2,81</b>	<b>0,22</b>	<b>8,51</b>
<b>Обед</b>																
Салат "Мишат" №35, сб.2021	80	1,33	0,85	6,68	0,00	6,38	88,60	16,88	14,39	30,6	0,99	10	685,67	3,17	0,02	2
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
Куры отварные №132, сб.2021	100	26,06	27,66	24,62	0,00	0,44	327,31	22,58	24,33	220,4	2,15	63,84	109,44	0,77	0,08	1,27
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
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 подовый "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
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>36,54</b>	<b>28,53</b>	<b>39,89</b>	<b>0,56</b>	<b>68,35</b>	<b>758,10</b>	<b>155,7</b>	<b>101</b>	<b>392,9</b>	<b>6,27</b>	<b>85,17</b>	<b>1116,83</b>	<b>7,37</b>	<b>0,32</b>	<b>45,27</b>
<b>Полдник</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
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
груша ТК № 5	185	0,55	0,00	0,41	0,41	18,05	69,86	26,19	16,54	22,05	3,17	0	2,76	0,55	0,03	6,89
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>6,97</b>	<b>6,26</b>	<b>7,32</b>	<b>0,41</b>	<b>57,33</b>	<b>312,45</b>	<b>285,1</b>	<b>46,75</b>	<b>227,1</b>	<b>3,39</b>	<b>43,16</b>	<b>51,2</b>	<b>0,55</b>	<b>0,09</b>	<b>8,4</b>
<b>Ужин</b>																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	60	0,93	0,00	0,06	0,06	6,80	27,56	22,95	13,65	26,67	0,87	0	1,27	0,06	0,01	2,22
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	220	16,04	13,15	15,24	0,57	29,56	317,38	25,41	50,16	190,9	2,12	22,05	112,01	2,25	0,1	1,14
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
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
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,31</b>	<b>16,05</b>	<b>18,69</b>	<b>0,89</b>	<b>64,20</b>	<b>504,18</b>	<b>162,9</b>	<b>93,49</b>	<b>332,3</b>	<b>4,08</b>	<b>34,05</b>	<b>135,34</b>	<b>2,67</b>	<b>0,18</b>	<b>3,87</b>
<b>второй ужин</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
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
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,78</b>	<b>6,11</b>	<b>6,06</b>	<b>0,13</b>	<b>15,75</b>	<b>143,33</b>	<b>225,5</b>	<b>29,98</b>	<b>176,4</b>	<b>0,44</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>1,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>113,82</b>	<b>89,86</b>	<b>82,96</b>	<b>2,74</b>	<b>309,10</b>	<b>2388,92</b>	<b>1098</b>	<b>350,3</b>	<b>1509</b>	<b>19,6</b>	<b>240,2</b>	<b>1717,93</b>	<b>13,58</b>	<b>0,89</b>	<b>67,15</b>

Зав.производством:

*[Подпись]*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*[Подпись]*

(Кузьмина О.В.)



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

**МЕНЮ на 25.01.2024г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	200	37,52	34,96	6,64	0,00	51,13	413,13	187,4	40,76	293,1	1,14	48,36	55,33	0,46	0,09	0,5	
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.	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	
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	
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>46,60</b>	<b>36,41</b>	<b>13,61</b>	<b>0,87</b>	<b>120,47</b>	<b>781,62</b>	<b>305,2</b>	<b>94,82</b>	<b>433,7</b>	<b>6,2</b>	<b>57,36</b>	<b>575,02</b>	<b>3,99</b>	<b>0,26</b>	<b>11,1</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат "Мишат" №35, сб.2021	100	1,66	1,06	8,35	0,00	7,98	110,75	21,1	17,98	38,25	1,24	12,5	857,08	3,97	0,03	2,5	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52	
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	
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 подовый "Уньш" №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>43,52</b>	<b>34,28</b>	<b>47,22</b>	<b>0,73</b>	<b>76,25</b>	<b>881,51</b>	<b>171,5</b>	<b>117,9</b>	<b>467,7</b>	<b>7,49</b>	<b>103,3</b>	<b>1367,79</b>	<b>8,44</b>	<b>0,39</b>	<b>46,95</b>	
<b>Полдник</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	
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	
груша ТК № 5	185	0,55	0,00	0,41	0,41	18,05	69,86	26,19	16,54	22,05	3,17	0	2,76	0,55	0,03	6,89	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>6,97</b>	<b>6,26</b>	<b>7,32</b>	<b>0,41</b>	<b>57,33</b>	<b>312,45</b>	<b>285,1</b>	<b>46,75</b>	<b>227,1</b>	<b>3,39</b>	<b>43,16</b>	<b>51,2</b>	<b>0,55</b>	<b>0,09</b>	<b>8,4</b>	
<b>Ужин</b>																	
Свекла отварная № 146, сб. 2021	100	1,55	0,00	0,09	0,09	11,33	45,93	38,25	22,75	44,46	1,45	0	2,11	0,11	0,02	3,69	
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	220	16,04	13,15	15,24	0,57	29,56	317,38	25,41	50,16	190,9	2,12	22,05	112,01	2,25	0,1	1,14	
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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>25,00</b>	<b>16,05</b>	<b>18,99</b>	<b>1,19</b>	<b>82,21</b>	<b>586,71</b>	<b>184,3</b>	<b>111,2</b>	<b>372,8</b>	<b>5,18</b>	<b>34,05</b>	<b>136,19</b>	<b>3,06</b>	<b>0,23</b>	<b>5,35</b>	
<b>второй ужин</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	
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	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,78</b>	<b>6,11</b>	<b>6,06</b>	<b>0,13</b>	<b>15,75</b>	<b>143,33</b>	<b>225,5</b>	<b>29,98</b>	<b>176,4</b>	<b>0,44</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>128,86</b>	<b>99,11</b>	<b>93,21</b>	<b>3,34</b>	<b>352,02</b>	<b>2705,62</b>	<b>1172</b>	<b>400,7</b>	<b>1678</b>	<b>22,7</b>	<b>263,1</b>	<b>2176,54</b>	<b>16,22</b>	<b>1,05</b>	<b>72,9</b>	

Запроизводством:

*З.Х.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Р.*

(Кузьмина О.В.)







