

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



**МЕНЮ на 25.10.2022г. интернат 7-11 лет**

	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>																	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	180	7,02	2,42	8,90	0,00	32,07	232,86	117,1	56,2	178,4	1,42	45,94	50,73	0,67	0,15	0,18	
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	
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	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>20,58</b>	<b>10,48</b>	<b>17,97</b>	<b>0,72</b>	<b>93,99</b>	<b>611,45</b>	<b>447,7</b>	<b>113,3</b>	<b>447,4</b>	<b>5,98</b>	<b>99,1</b>	<b>120,4</b>	<b>1,65</b>	<b>0,29</b>	<b>4,84</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов № 14	80	0,65	0,00	3,59	0,00	3,29	46,06	17,43	9,42	30,01	0,43	0	6,48	1,85	0,02	3,07	
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36	
Гуляш №96, сб.2021	110	15,18	14,59	15,73	0,00	3,83	217,04	12,4	20,45	157,1	2,3	0	10,73	2,06	0,03	0,3	
спагетти отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0	
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>23,52</b>	<b>14,82</b>	<b>27,37</b>	<b>0,24</b>	<b>75,70</b>	<b>630,27</b>	<b>82,83</b>	<b>64,13</b>	<b>288,7</b>	<b>5,54</b>	<b>45,23</b>	<b>247,07</b>	<b>5,22</b>	<b>0,18</b>	<b>10,54</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	
вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,26</b>	<b>6,11</b>	<b>7,60</b>	<b>0,67</b>	<b>52,62</b>	<b>296,37</b>	<b>254,2</b>	<b>43,78</b>	<b>194,3</b>	<b>4,33</b>	<b>25,88</b>	<b>55,65</b>	<b>0,55</b>	<b>0,12</b>	<b>17,9</b>	
<b>Ужин</b>																	
Икра морковная №46, сб. 2021	80	1,53	0,00	6,17	0,00	9,38	95,03	24,82	31,75	50,7	0,77	0	1538,88	3,24	0,05	1,85	
Тефтели рыбные № 87, сб.2021	90/60	13,06	0,46	12,57	0,00	18,07	235,87	30,21	21,1	97,6	0,79	26,33	112,31	0,14	0,09	3,07	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	150	2,89	0,02	3,59	0,57	23,92	138,40	14,05	31,3	79,63	1,23	21,59	28,43	0,19	0,13	6,05	
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	
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>20,65</b>	<b>0,48</b>	<b>22,74</b>	<b>0,99</b>	<b>80,74</b>	<b>600,64</b>	<b>78,36</b>	<b>97,09</b>	<b>262</b>	<b>3,61</b>	<b>47,92</b>	<b>1679,61</b>	<b>4,09</b>	<b>0,33</b>	<b>10,97</b>	
<b>перед сном</b>																	
Кефир №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 'перед сном'</b>		<b>4,26</b>	<b>4,26</b>	<b>4,70</b>	<b>0,00</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,4</b>	<b>20,58</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>76,28</b>	<b>36,16</b>	<b>80,38</b>	<b>2,62</b>	<b>308,93</b>	<b>2224,43</b>	<b>1039</b>	<b>338,9</b>	<b>1332</b>	<b>19,6</b>	<b>247,5</b>	<b>2135,75</b>	<b>11,51</b>	<b>0,96</b>	<b>45,27</b>	

Зав.производством:

*(Signature)*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*(Signature)*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 25.10.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	200	7,80	2,69	9,89	0,00	35,63	258,73	130,1	62,45	198,2	1,58	51,05	56,37	0,75	0,17	0,2	
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	
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	
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>21,36</b>	<b>10,75</b>	<b>18,96</b>	<b>0,72</b>	<b>97,56</b>	<b>637,32</b>	<b>460,7</b>	<b>119,5</b>	<b>467,2</b>	<b>6,14</b>	<b>104,2</b>	<b>126,04</b>	<b>1,73</b>	<b>0,31</b>	<b>4,86</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов № 14	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84	
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250/10	2,00	0,26	5,36	0,00	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95	
Гуляш №96, сб.2021	120	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33	
спагетти отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0	
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>26,85</b>	<b>16,20</b>	<b>31,53</b>	<b>0,30</b>	<b>88,73</b>	<b>731,03</b>	<b>100,2</b>	<b>76,66</b>	<b>336,4</b>	<b>6,41</b>	<b>55,82</b>	<b>305,64</b>	<b>6,15</b>	<b>0,22</b>	<b>12,92</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	
вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	168	0,67	0,00	0,67	0,67	19,49	81,78	26,88	15,12	18,48	3,7	0	8,4	0,34	0,05	16,8	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,26</b>	<b>6,11</b>	<b>7,60</b>	<b>0,67</b>	<b>52,62</b>	<b>296,37</b>	<b>254,2</b>	<b>43,78</b>	<b>194,3</b>	<b>4,33</b>	<b>25,88</b>	<b>55,65</b>	<b>0,55</b>	<b>0,12</b>	<b>17,9</b>	
<b>Ужин</b>																	
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31	
Тефтели рыбные № 87, сб.2021	100/60	14,80	0,53	14,24	0,00	20,48	267,32	34,24	23,92	110,6	0,9	29,84	127,28	0,16	0,11	3,48	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	28,70	166,08	16,86	37,56	95,55	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26	
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	
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>24,90</b>	<b>0,55</b>	<b>26,87</b>	<b>1,30</b>	<b>100,39</b>	<b>731,65</b>	<b>95,91</b>	<b>120,6</b>	<b>320,7</b>	<b>4,55</b>	<b>55,74</b>	<b>2084,99</b>	<b>5,21</b>	<b>0,41</b>	<b>13,05</b>	
<b>перед сном</b>																	
Кефир №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 'перед сном'</b>		<b>4,26</b>	<b>4,26</b>	<b>4,70</b>	<b>0,00</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,4</b>	<b>20,58</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>84,63</b>	<b>37,87</b>	<b>89,66</b>	<b>2,99</b>	<b>345,18</b>	<b>2482,07</b>	<b>1087</b>	<b>381,1</b>	<b>1458</b>	<b>21,6</b>	<b>271,1</b>	<b>2605,33</b>	<b>13,64</b>	<b>1,1</b>	<b>49,76</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 25.10.2022г. 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	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	200	7,80	2,69	9,89	0,00	35,63	258,73	130,1	62,45	198,2	1,58	51,05	56,37	0,75	0,17	0,2		
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		
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		
Кефир №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>24,62</b>	<b>15,01</b>	<b>23,46</b>	<b>0,52</b>	<b>82,84</b>	<b>636,54</b>	<b>623,1</b>	<b>132,1</b>	<b>592,9</b>	<b>3,48</b>	<b>133,6</b>	<b>159,04</b>	<b>1,53</b>	<b>0,33</b>	<b>1,89</b>		
<b>Обед</b>																		
Салат из свежих огурцов № 14	80	0,65	0,00	3,59	0,00	3,29	46,06	17,43	9,42	30,01	0,43	0	6,48	1,85	0,02	3,07		
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36		
Гуляш №96, сб.2021	110	15,18	14,59	15,73	0,00	3,83	217,04	12,4	20,45	157,1	2,3	0	10,73	2,06	0,03	0,3		
спагетти отварные №227. сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0		
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 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		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>25,33</b>	<b>14,82</b>	<b>27,58</b>	<b>0,45</b>	<b>87,55</b>	<b>686,85</b>	<b>87,47</b>	<b>70,91</b>	<b>305,2</b>	<b>5,91</b>	<b>45,23</b>	<b>247,03</b>	<b>5,51</b>	<b>0,21</b>	<b>10,54</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>49,95</b>	<b>29,83</b>	<b>51,04</b>	<b>0,97</b>	<b>170,39</b>	<b>1323,39</b>	<b>710,5</b>	<b>203</b>	<b>898,1</b>	<b>9,39</b>	<b>178,8</b>	<b>406,08</b>	<b>7,04</b>	<b>0,54</b>	<b>12,42</b>		

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 25.10.2022г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	200	7,80	2,69	9,89	0,00	35,63	258,73	130,1	62,45	198,2	1,58	51,05	56,37	0,75	0,17	0,2	
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	
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	
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 'Завтрак'</b>		<b>25,48</b>	<b>15,86</b>	<b>24,40</b>	<b>0,52</b>	<b>84,01</b>	<b>653,68</b>	<b>658,4</b>	<b>136,2</b>	<b>620,8</b>	<b>3,51</b>	<b>139,5</b>	<b>165,64</b>	<b>1,53</b>	<b>0,34</b>	<b>2,09</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов № 14	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84	
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250/10	2,00	0,26	5,36	0,00	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95	
Гуляш №96, сб.2021	120	16,56	15,91	17,16	0,00	4,17	236,77	13,53	22,3	171,4	2,51	0	11,7	2,25	0,04	0,33	
спагетти отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0	
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 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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>29,54</b>	<b>16,20</b>	<b>31,85</b>	<b>0,61</b>	<b>106,41</b>	<b>815,42</b>	<b>107,1</b>	<b>86,71</b>	<b>360,8</b>	<b>6,96</b>	<b>55,82</b>	<b>305,58</b>	<b>6,58</b>	<b>0,27</b>	<b>12,92</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>55,02</b>	<b>32,07</b>	<b>56,25</b>	<b>1,14</b>	<b>190,42</b>	<b>1469,11</b>	<b>765,4</b>	<b>222,9</b>	<b>981,6</b>	<b>10,5</b>	<b>195,3</b>	<b>471,22</b>	<b>8,11</b>	<b>0,61</b>	<b>15,01</b>	

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)