

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

**МЕНЮ на 26.09.2023г. 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. живь.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	200	4,39	2,91	4,16	0,00	16,43	119,71	108,5	14,41	90,67	0,32	17,66	32,45	0,26	0,05	0,52	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	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 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>17,53</b>	<b>11,11</b>	<b>12,91</b>	<b>0,72</b>	<b>78,91</b>	<b>496,99</b>	<b>436,4</b>	<b>62,62</b>	<b>346,1</b>	<b>4,41</b>	<b>70,82</b>	<b>102,05</b>	<b>1,23</b>	<b>0,19</b>	<b>5,18</b>	
Обед																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14 сб.2021	60	0,63	0,00	2,71	0,04	2,34	34,88	29,36	11,61	24,95	0,41	0	81,1	1,54	0,01	6,14	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68	
Котлеты пожарские из птицы №613, сб. Ошищенко Г.Г.	120	14,22	13,07	18,31	3,42	7,96	253,09	14,95	17,94	148,6	1,26	6	7,2	2	0,04	0,09	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,00	21,68	140,54	35,6	28,4	83,2	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	80	5,96	0,00	0,71	0,71	36,77	180,35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,42</b>	<b>14,01</b>	<b>28,70</b>	<b>4,17</b>	<b>101,16</b>	<b>764,51</b>	<b>109,1</b>	<b>78,32</b>	<b>308,2</b>	<b>3,52</b>	<b>44,08</b>	<b>314,94</b>	<b>4,07</b>	<b>0,25</b>	<b>33,09</b>	
Полдник																	
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	150/15	30,95	28,84	5,48	0,00	42,18	340,84	154,6	33,63	241,8	0,94	39,9	45,65	0,38	0,07	0,41	
Напиток морковно-яблочный №316, сб. 2021	180	0,50	0,00	0,07	0,00	12,51	49,04	10,74	13,34	19,12	0,46	0	756,54	0,17	0,02	1,19	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>31,46</b>	<b>28,84</b>	<b>5,55</b>	<b>0,00</b>	<b>54,69</b>	<b>389,87</b>	<b>165,3</b>	<b>46,97</b>	<b>260,9</b>	<b>1,4</b>	<b>39,9</b>	<b>802,19</b>	<b>0,55</b>	<b>0,09</b>	<b>1,6</b>	
Ужин																	
помидоры свежие урожай 2023 года ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15	
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,00	28,71	166,09	16,86	37,56	95,56	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26	
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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>24,69</b>	<b>17,41</b>	<b>6,99</b>	<b>0,53</b>	<b>54,98</b>	<b>378,16</b>	<b>107,9</b>	<b>93,15</b>	<b>326,3</b>	<b>3,3</b>	<b>43,2</b>	<b>213,48</b>	<b>2,23</b>	<b>0,34</b>	<b>22,77</b>	
второй ужин																	
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	
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 'второй ужин'</b>		<b>6,84</b>	<b>4,26</b>	<b>5,03</b>	<b>0,33</b>	<b>22,74</b>	<b>165,90</b>	<b>183,9</b>	<b>31,36</b>	<b>168,1</b>	<b>0,8</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0,43</b>	<b>0,1</b>	<b>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>106,95</b>	<b>75,63</b>	<b>59,19</b>	<b>5,75</b>	<b>312,48</b>	<b>2195,43</b>	<b>1003</b>	<b>312,4</b>	<b>1410</b>	<b>13,4</b>	<b>227,4</b>	<b>1465,66</b>	<b>8,52</b>	<b>0,96</b>	<b>63,67</b>	

Зав.производством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)

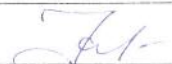


Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92  
 Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 26.09.2023г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	250	5,48	3,64	5,20	0,00	20,54	149,64	135,6	18,01	113,3	0,4	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	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 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>18,63</b>	<b>11,83</b>	<b>13,95</b>	<b>0,72</b>	<b>83,02</b>	<b>526,92</b>	<b>463,5</b>	<b>66,22</b>	<b>368,7</b>	<b>4,49</b>	<b>75,24</b>	<b>110,16</b>	<b>1,29</b>	<b>0,2</b>	<b>5,31</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,05	0,00	4,52	0,06	3,90	58,13	48,93	19,35	41,58	0,68	0	135,16	2,56	0,02	10,24	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Котлеты пожарские из птицы №613, сб. Опищенко Г.Г.	120	32,50	30,97	38,10	4,56	10,62	514,83	31,84	37,31	320,9	2,88	54,6	67,14	3,07	0,09	0,55	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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>41,27</b>	<b>32,11</b>	<b>51,26</b>	<b>4,80</b>	<b>82,54</b>	<b>946,11</b>	<b>160,8</b>	<b>121,6</b>	<b>547,1</b>	<b>6,34</b>	<b>101,1</b>	<b>482,58</b>	<b>6,47</b>	<b>0,38</b>	<b>40,64</b>	
<b>Полдник</b>																	
Сырники из творога с повидлом №241, сб. 2021	200/20	41,27	38,46	7,31	0,00	56,24	454,45	206,1	44,84	322,4	1,25	53,2	60,87	0,51	0,1	0,55	
Напиток морковно-яблочный №316, сб. 2021	200	0,56	0,00	0,08	0,00	13,90	54,49	11,93	14,82	21,25	0,51	0	840,6	0,19	0,02	1,32	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>41,83</b>	<b>38,46</b>	<b>7,39</b>	<b>0,00</b>	<b>70,14</b>	<b>508,94</b>	<b>218</b>	<b>59,66</b>	<b>343,7</b>	<b>1,76</b>	<b>53,2</b>	<b>901,47</b>	<b>0,7</b>	<b>0,12</b>	<b>1,87</b>	
<b>Ужин</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	
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	110	19,59	19,48	0,74	0,00	0,90	88,11	25,46	30,01	173,5	0,56	10,15	101,53	1,24	0,09	0,3	
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,00	28,71	166,09	16,86	37,56	95,56	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26	
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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>29,73</b>	<b>20,96</b>	<b>7,33</b>	<b>0,74</b>	<b>63,97</b>	<b>436,63</b>	<b>121,1</b>	<b>110,9</b>	<b>379,6</b>	<b>4,02</b>	<b>45,05</b>	<b>285,14</b>	<b>2,91</b>	<b>0,4</b>	<b>32,82</b>	
<b>второй ужин</b>																	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0	
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 'второй ужин'</b>		<b>6,66</b>	<b>5,12</b>	<b>5,84</b>	<b>0,20</b>	<b>17,17</b>	<b>150,96</b>	<b>216,2</b>	<b>31,16</b>	<b>184,6</b>	<b>0,57</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0,26</b>	<b>0,08</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>138,12</b>	<b>108,47</b>	<b>85,78</b>	<b>6,46</b>	<b>316,84</b>	<b>2569,55</b>	<b>1180</b>	<b>389,5</b>	<b>1824</b>	<b>17,2</b>	<b>309,9</b>	<b>1818,94</b>	<b>11,63</b>	<b>1,18</b>	<b>81,87</b>	

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)









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

**МЕНЮ на 26.09.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	250	5,48	3,64	5,20	0,00	20,54	149,64	135,6	18,01	113,3	0,4	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	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	
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>22,75</b>	<b>16,95</b>	<b>19,40</b>	<b>0,52</b>	<b>69,48</b>	<b>543,28</b>	<b>661,2</b>	<b>82,91</b>	<b>522,3</b>	<b>1,87</b>	<b>110,5</b>	<b>149,76</b>	<b>1,09</b>	<b>0,23</b>	<b>2,54</b>	
Обед																	
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,05	0,00	4,52	0,06	3,90	58,13	48,93	19,35	41,58	0,68	0	135,16	2,56	0,02	10,24	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Котлеты пожарские из птицы №613, сб. Онищенко Г.Г.	120	18,96	17,43	24,41	4,56	10,62	337,45	19,94	23,92	198,1	1,69	8	9,6	2,67	0,06	0,12	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8	
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>30,42</b>	<b>18,57</b>	<b>37,89</b>	<b>5,12</b>	<b>100,21</b>	<b>853,12</b>	<b>155,8</b>	<b>118,2</b>	<b>448,8</b>	<b>5,69</b>	<b>54,54</b>	<b>424,97</b>	<b>6,5</b>	<b>0,39</b>	<b>40,22</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>53,17</b>	<b>35,52</b>	<b>57,29</b>	<b>5,64</b>	<b>169,68</b>	<b>1396,40</b>	<b>816,9</b>	<b>201,2</b>	<b>971,1</b>	<b>7,56</b>	<b>165,1</b>	<b>574,73</b>	<b>7,59</b>	<b>0,62</b>	<b>42,76</b>	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.) Медсестра  (Кузьмина О.В.)