

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

**МЕНЮ на 26.10.2022г. 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	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Суп молочный с макаронными изделиями №78, сб.2021	220	4,83	3,20	4,58	0,00	18,07	131,69	119,3	15,85	99,74	0,35	19,43	35,69	0,28	0,05	0,57	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
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>18,35</b>	<b>10,97</b>	<b>20,58</b>	<b>0,79</b>	<b>80,74</b>	<b>575,51</b>	<b>226,8</b>	<b>54,96</b>	<b>295,8</b>	<b>5,58</b>	<b>213,3</b>	<b>247,19</b>	<b>1,67</b>	<b>0,21</b>	<b>4,83</b>	
<b>Обед</b>																	
Сельдь с луком ТК	80	10,58	10,33	13,03	0,04	1,98	166,26	54,08	26,77	174,4	0,81	12,15	12,4	4,24	0,02	1,76	
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	
Перец фаршированный с мясом и рисом №114 сб.2021	250	15,51	17,41	12,37	0,13	16,89	236,56	22,23	21,86	124,8	1,9	8,36	383,22	1,59	0,04	2,69	
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 №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>31,94</b>	<b>27,85</b>	<b>28,27</b>	<b>0,73</b>	<b>81,24</b>	<b>685,32</b>	<b>101,4</b>	<b>77,91</b>	<b>375,9</b>	<b>4,56</b>	<b>31,84</b>	<b>626,13</b>	<b>6,18</b>	<b>0,23</b>	<b>8,18</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,73	20,25	12,53	0,15	40,29	353,95	156,7	24,17	206,5	0,83	58,57	111,86	0,55	0,04	0,14	
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	
слива ТК № 5 сб. 2021г.	100	0,80	0,00	0,30	0,30	11,10	48,41	20	9	20	0,5	0	17	0,6	0,06	10	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>23,08</b>	<b>21,70</b>	<b>14,29</b>	<b>0,45</b>	<b>62,75</b>	<b>464,76</b>	<b>229,8</b>	<b>39,26</b>	<b>265,7</b>	<b>1,4</b>	<b>64,57</b>	<b>139,86</b>	<b>1,15</b>	<b>0,12</b>	<b>10,4</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	80	1,72	0,00	3,61	0,00	10,12	75,35	48,1	16,49	30,19	0,61	0	189,34	1,96	0,02	17,32	
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	120	10,75	10,10	5,07	0,02	6,55	111,84	21,54	24,56	106	0,61	4,37	7,38	0,66	0,05	2,29	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,00	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>20,24</b>	<b>10,18</b>	<b>21,42</b>	<b>0,47</b>	<b>93,59</b>	<b>631,74</b>	<b>111,7</b>	<b>102,8</b>	<b>293,1</b>	<b>3,99</b>	<b>61,01</b>	<b>720,78</b>	<b>3,76</b>	<b>0,32</b>	<b>35,77</b>	
<b>второй ужин</b>																	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>0,00</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,3</b>	<b>22,05</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>99,63</b>	<b>76,73</b>	<b>86,77</b>	<b>2,44</b>	<b>326,99</b>	<b>2439,10</b>	<b>852</b>	<b>297</b>	<b>1370</b>	<b>15,7</b>	<b>385,4</b>	<b>1748,97</b>	<b>12,76</b>	<b>0,92</b>	<b>60,07</b>	

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)



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

**МЕНЮ на 26.10.2022г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,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	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
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>19,00</b>	<b>11,41</b>	<b>21,21</b>	<b>0,79</b>	<b>83,20</b>	<b>593,47</b>	<b>243,1</b>	<b>57,12</b>	<b>309,4</b>	<b>5,63</b>	<b>215,9</b>	<b>252,06</b>	<b>1,71</b>	<b>0,21</b>	<b>4,91</b>	
<b>Обед</b>																	
Сельдь с луком ТК	80	10,58	10,33	13,03	0,04	1,98	166,26	54,08	26,77	174,4	0,81	12,15	12,4	4,24	0,02	1,76	
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	
Перец фаршированный с мясом и рисом №114 сб.2021	250	15,51	17,41	12,37	0,13	16,89	236,56	22,23	21,86	124,8	1,9	8,36	383,22	1,59	0,04	2,69	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	250	0,94	0,11	0,05	0,00	51,95	197,88	0,75	0	0	0,08	0	0	0	0	0	
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>33,57</b>	<b>27,87</b>	<b>29,02</b>	<b>0,89</b>	<b>97,85</b>	<b>760,69</b>	<b>108,5</b>	<b>86,38</b>	<b>398,9</b>	<b>5,12</b>	<b>34,68</b>	<b>683,79</b>	<b>6,3</b>	<b>0,27</b>	<b>9,11</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	150/15	20,73	20,25	12,53	0,15	40,29	353,95	156,7	24,17	206,5	0,83	58,57	111,86	0,55	0,04	0,14	
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	
слива ТК № 5 сб. 2021г.	100	0,80	0,00	0,30	0,30	11,10	48,41	20	9	20	0,5	0	17	0,6	0,06	10	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>23,08</b>	<b>21,70</b>	<b>14,29</b>	<b>0,45</b>	<b>62,75</b>	<b>464,76</b>	<b>229,8</b>	<b>39,26</b>	<b>265,7</b>	<b>1,4</b>	<b>64,57</b>	<b>139,86</b>	<b>1,15</b>	<b>0,12</b>	<b>10,4</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	100	2,15	0,00	4,51	0,00	12,65	94,19	60,12	20,61	37,74	0,76	0	236,68	2,45	0,03	21,65	
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	150	13,44	12,63	6,34	0,02	8,18	139,81	26,92	30,7	132,5	0,76	5,46	9,23	0,83	0,07	2,87	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,00	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>23,35</b>	<b>12,71</b>	<b>23,59</b>	<b>0,48</b>	<b>97,76</b>	<b>678,53</b>	<b>129,1</b>	<b>113,1</b>	<b>327,1</b>	<b>4,29</b>	<b>62,1</b>	<b>769,96</b>	<b>4,41</b>	<b>0,34</b>	<b>40,67</b>	
<b>второй ужин</b>																	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>0,00</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,3</b>	<b>22,05</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>105,03</b>	<b>79,71</b>	<b>90,31</b>	<b>2,61</b>	<b>350,23</b>	<b>2579,22</b>	<b>892,8</b>	<b>317,9</b>	<b>1441</b>	<b>16,6</b>	<b>391,9</b>	<b>1860,67</b>	<b>13,57</b>	<b>0,99</b>	<b>65,98</b>	

Завпроизводством: \_\_\_\_\_

*М*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_

*Р*

(Кузьмина О.В.)



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

**МЕНЮ на 26.10.2022г. 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	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
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	
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,93</b>	<b>16,71</b>	<b>22,17</b>	<b>0,59</b>	<b>67,17</b>	<b>558,82</b>	<b>384,3</b>	<b>67,57</b>	<b>412,4</b>	<b>2,9</b>	<b>226,2</b>	<b>258,95</b>	<b>1,45</b>	<b>0,23</b>	<b>1,66</b>	
<b>Обед</b>																	
Сельдь с луком ТК	80	10,58	10,33	13,03	0,04	1,98	166,26	54,08	26,77	174,4	0,81	12,15	12,4	4,24	0,02	1,76	
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	
Перец фаршированный с мясом и рисом №14 сб.2021	250	15,51	17,41	12,37	0,13	16,89	236,56	22,23	21,86	124,8	1,9	8,36	383,22	1,59	0,04	2,69	
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	
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	
слива ТК № 5 сб. 2021г.	100	0,80	0,00	0,30	0,30	11,10	48,41	20	9	20	0,5	0	17	0,6	0,06	10	
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>34,80</b>	<b>27,76</b>	<b>28,95</b>	<b>1,44</b>	<b>83,23</b>	<b>718,49</b>	<b>139,4</b>	<b>101,7</b>	<b>426,4</b>	<b>8,17</b>	<b>31,84</b>	<b>643,09</b>	<b>7,27</b>	<b>0,34</b>	<b>22,18</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>57,73</b>	<b>44,47</b>	<b>51,12</b>	<b>2,03</b>	<b>150,40</b>	<b>1277,31</b>	<b>523,7</b>	<b>169,3</b>	<b>838,8</b>	<b>11,1</b>	<b>258</b>	<b>902,04</b>	<b>8,72</b>	<b>0,57</b>	<b>23,84</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 26.10.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,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	
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Яйца вареные, № 5.1 сб. 2021	52	6,27	6,27	5,68	0,00	0,29	77,33	25,74	5,62	89,86	1,17	130	135,2	0,31	0,03	0	
Йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>24,03</b>	<b>17,43</b>	<b>23,21</b>	<b>0,59</b>	<b>71,28</b>	<b>588,75</b>	<b>411,4</b>	<b>71,17</b>	<b>435</b>	<b>2,98</b>	<b>230,6</b>	<b>267,06</b>	<b>1,51</b>	<b>0,24</b>	<b>1,79</b>	
<b>Обед</b>																	
Сельдь с луком ТК	80	10,58	10,33	13,03	0,04	1,98	166,26	54,08	26,77	171,4	0,81	12,15	12,4	4,24	0,02	1,76	
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	
Перец фаршированный с мясом и рисом №114 сб.2021	250	15,51	17,41	12,37	0,13	16,89	236,56	22,23	21,86	124,8	1,9	8,36	383,22	1,59	0,04	2,69	
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	
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	
слива ТК № 5 сб. 2021г.	100	0,80	0,00	0,30	0,30	11,10	48,41	20	9	20	0,5	0	17	0,6	0,06	10	
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>37,12</b>	<b>27,76</b>	<b>29,79</b>	<b>1,71</b>	<b>95,27</b>	<b>782,09</b>	<b>148,6</b>	<b>113,4</b>	<b>457,4</b>	<b>8,89</b>	<b>34,68</b>	<b>700,72</b>	<b>7,54</b>	<b>0,4</b>	<b>23,11</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>61,16</b>	<b>45,20</b>	<b>53,00</b>	<b>2,30</b>	<b>166,55</b>	<b>1370,84</b>	<b>560</b>	<b>184,6</b>	<b>892,4</b>	<b>11,9</b>	<b>265,3</b>	<b>967,78</b>	<b>9,05</b>	<b>0,64</b>	<b>24,9</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)