

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

**МЕНЮ на 27.10.2023г. интернат 7-11 лет**

| Наименование блюда                                                    | Выход, г | Белки, г     |                | Жиры, г      |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       | Минеральные элементы (мг) |              |              |             | Витамины     |               |              |             |              |  |
|-----------------------------------------------------------------------|----------|--------------|----------------|--------------|-----------------|------------------|----------------|---------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|--------------|--|
|                                                                       |          | всего        | в т.ч.<br>жив. | всего        | в т.ч.<br>раст. |                  |                | Са                        | Mg           | P            | Fe          | А,мг         | РЭ,мкг        | ТЭ,мг        | В1,мг       | С,мг         |  |
|                                                                       |          |              |                |              |                 |                  |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |
| <b>Завтрак</b>                                                        |          |              |                |              |                 |                  |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |
| Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021                         | 200      | 7,97         | 3,67           | 10,00        | 0,00            | 35,20            | 260,54         | 158,3                     | 45,68        | 181,2        | 1,14        | 71,12        | 79,62         | 0,3          | 0,16        | 0,27         |  |
| 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         |  |
| 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         |  |
| 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>21,53</b> | <b>11,72</b>   | <b>19,07</b> | <b>0,72</b>     | <b>97,12</b>     | <b>639,13</b>  | <b>488,9</b>              | <b>102,8</b> | <b>450,2</b> | <b>5,69</b> | <b>124,3</b> | <b>149,29</b> | <b>1,28</b>  | <b>0,3</b>  | <b>4,93</b>  |  |
| <b>Обед</b>                                                           |          |              |                |              |                 |                  |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |
| Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021                                 | 60       | 0,78         | 0,00           | 3,47         | 0,00            | 10,66            | 72,85          | 14,42                     | 8,44         | 16,57        | 0,54        | 0            | 0,98          | 1,77         | 0           | 0,39         |  |
| 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         |  |
| Котлеты "Полтавские" с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ2022               | 100/50   | 18,66        | 17,82          | 15,64        | 6,41            | 17,45            | 283,52         | 18,69                     | 34,95        | 165          | 1,84        | 11,19        | 101,73        | 3,26         | 0,07        | 1,38         |  |
| Макаронные изделия 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 груш №311, сб. 2021г/с                                      | 200      | 0,13         | 0,00           | 0,09         | 0,10            | 17,71            | 67,63          | 6,13                      | 3,58         | 4,78         | 0,73        | 0            | 0,69          | 0,14         | 0           | 0,69         |  |
| 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>29,98</b> | <b>17,85</b>   | <b>25,56</b> | <b>7,08</b>     | <b>100,79</b>    | <b>737,26</b>  | <b>72,68</b>              | <b>83,36</b> | <b>302,3</b> | <b>5,62</b> | <b>36,87</b> | <b>360,39</b> | <b>6,32</b>  | <b>0,31</b> | <b>6,18</b>  |  |
| <b>Полдник</b>                                                        |          |              |                |              |                 |                  |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |
| снежок №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         |  |
| апельсин сб.2021г.                                                    | 280      | 2,08         | 0,00           | 0,46         | 0,46            | 23,79            | 102,75         | 78,54                     | 30,03        | 53,13        | 0,69        | 0            | 18,48         | 0,46         | 0,09        | 138,6        |  |
| Булка №1, сб.2021г.                                                   | 40       | 2,95         | 0,00           | 0,37         | 0,37            | 19,26            | 91,65          | 8,59                      | 12,32        | 32,48        | 0,75        | 0            | 0             | 0,5          | 0,06        | 0            |  |
| <b>Итого за 'Полдник'</b>                                             |          | <b>9,29</b>  | <b>4,26</b>    | <b>5,54</b>  | <b>0,84</b>     | <b>48,94</b>     | <b>280,10</b>  | <b>263,5</b>              | <b>62,93</b> | <b>225,3</b> | <b>1,59</b> | <b>29,4</b>  | <b>51,48</b>  | <b>0,96</b>  | <b>0,2</b>  | <b>139,6</b> |  |
| <b>Ужин</b>                                                           |          |              |                |              |                 |                  |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |
| филе горбуши припущенное №79, сб.2021                                 | 100      | 17,81        | 17,71          | 0,68         | 0,00            | 0,82             | 80,10          | 23,15                     | 27,29        | 157,7        | 0,51        | 9,23         | 92,3          | 1,13         | 0,08        | 0,27         |  |
| Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021                                | 200      | 4,09         | 0,01           | 5,48         | 0,00            | 26,92            | 167,77         | 58,9                      | 38,41        | 87,57        | 1,5         | 14,1         | 69,62         | 1,84         | 0,11        | 24,79        |  |
| 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            |  |
| 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         |  |
| <b>Итого за 'Ужин'</b>                                                |          | <b>27,06</b> | <b>19,17</b>   | <b>8,07</b>  | <b>0,46</b>     | <b>62,69</b>     | <b>422,56</b>  | <b>145,6</b>              | <b>86,87</b> | <b>324,2</b> | <b>2,99</b> | <b>29,33</b> | <b>172,92</b> | <b>3,58</b>  | <b>0,28</b> | <b>25,32</b> |  |
| <b>Итого за день</b>                                                  |          | <b>87,86</b> | <b>53,01</b>   | <b>58,24</b> | <b>9,09</b>     | <b>309,54</b>    | <b>2079,05</b> | <b>970,7</b>              | <b>335,9</b> | <b>1302</b>  | <b>15,9</b> | <b>219,9</b> | <b>734,08</b> | <b>12,13</b> | <b>1,08</b> | <b>176,1</b> |  |

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 27.10.2023г. 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. |               |                | Ca                        | Mg           | P            | Fe          | A,мг         | PЭ,мкг        | ТЭ,мг        | В1,мг       | С,мг         |  |  |  |
| Завтрак                                                              |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |  |  |
| Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021                        | 220      | 8,76         | 4,04         | 11,00        | 0,00         | 38,72         | 286,59         | 174,1                     | 50,24        | 199,3        | 1,25        | 78,23        | 87,58         | 0,33         | 0,17        | 0,3          |  |  |  |
| 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 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>22,32</b> | <b>12,09</b> | <b>20,07</b> | <b>0,72</b>  | <b>100,64</b> | <b>665,18</b>  | <b>504,7</b>              | <b>107,3</b> | <b>468,3</b> | <b>5,8</b>  | <b>131,4</b> | <b>157,25</b> | <b>1,31</b>  | <b>0,31</b> | <b>4,96</b>  |  |  |  |
| Обед                                                                 |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |  |  |
| Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021                                | 100      | 1,31         | 0,00         | 5,78         | 0,00         | 17,77         | 121,42         | 24,03                     | 14,07        | 27,62        | 0,9         | 0            | 1,63          | 2,94         | 0,01        | 0,65         |  |  |  |
| 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         |  |  |  |
| Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГТ2022               | 100/50   | 18,66        | 17,82        | 15,64        | 6,41         | 17,45         | 283,52         | 18,69                     | 34,95        | 165          | 1,84        | 11,19        | 101,73        | 3,26         | 0,07        | 1,38         |  |  |  |
| Макаронные изделия 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 груш №311, сб. 2021б/с                                     | 200      | 0,13         | 0,00         | 0,09         | 0,10         | 17,71         | 67,63          | 6,13                      | 3,58         | 4,78         | 0,73        | 0            | 0,69          | 0,14         | 0           | 0,69         |  |  |  |
| 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>33,00</b> | <b>17,86</b> | <b>29,32</b> | <b>7,25</b>  | <b>120,95</b> | <b>859,43</b>  | <b>91,06</b>              | <b>98,88</b> | <b>344,3</b> | <b>6,67</b> | <b>42,57</b> | <b>423,99</b> | <b>7,78</b>  | <b>0,37</b> | <b>7,38</b>  |  |  |  |
| Полдник                                                              |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |  |  |
| снежок №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         |  |  |  |
| апельсин сб.2021г.                                                   | 280      | 2,08         | 0,00         | 0,46         | 0,46         | 23,79         | 102,75         | 78,54                     | 30,03        | 53,13        | 0,69        | 0            | 18,48         | 0,46         | 0,09        | 138,6        |  |  |  |
| Булка №1, сб.2021г.                                                  | 60       | 4,42         | 0,00         | 0,56         | 0,56         | 28,90         | 137,48         | 12,88                     | 18,48        | 48,72        | 1,12        | 0            | 0             | 0,74         | 0,09        | 0            |  |  |  |
| <b>Итого за 'Полдник'</b>                                            |          | <b>11,62</b> | <b>5,12</b>  | <b>6,67</b>  | <b>1,02</b>  | <b>59,75</b>  | <b>343,07</b>  | <b>303,1</b>              | <b>73,21</b> | <b>269,4</b> | <b>1,99</b> | <b>35,28</b> | <b>58,08</b>  | <b>1,2</b>   | <b>0,23</b> | <b>139,8</b> |  |  |  |
| Ужин                                                                 |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |              |             |              |  |  |  |
| филе горбуши припущенное №79, сб.2021                                | 120      | 21,37        | 21,25        | 0,81         | 0,00         | 0,98          | 96,12          | 27,78                     | 32,74        | 189,2        | 0,61        | 11,07        | 110,76        | 1,36         | 0,1         | 0,33         |  |  |  |
| Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021                               | 200      | 4,09         | 0,01         | 5,48         | 0,00         | 26,92         | 167,77         | 58,9                      | 38,41        | 87,57        | 1,5         | 14,1         | 69,62         | 1,84         | 0,11        | 24,79        |  |  |  |
| 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 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         |  |  |  |
| <b>Итого за 'Ужин'</b>                                               |          | <b>31,66</b> | <b>22,72</b> | <b>8,33</b>  | <b>0,59</b>  | <b>69,60</b>  | <b>470,65</b>  | <b>153,3</b>              | <b>96,64</b> | <b>367,1</b> | <b>3,35</b> | <b>31,17</b> | <b>191,38</b> | <b>3,98</b>  | <b>0,32</b> | <b>25,38</b> |  |  |  |
| <b>Итого за день</b>                                                 |          | <b>98,60</b> | <b>57,78</b> | <b>64,39</b> | <b>9,58</b>  | <b>350,93</b> | <b>2338,34</b> | <b>1052</b>               | <b>376,1</b> | <b>1449</b>  | <b>17,8</b> | <b>240,4</b> | <b>830,7</b>  | <b>14,27</b> | <b>1,24</b> | <b>177,6</b> |  |  |  |

Завпроизводством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*


(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 27.10.2023г. школа 7-11 лет**

| Наименование блюда                                                 | Выход, г | Белки, г     |                | Жиры, г      |                 | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал    | Минеральные элементы<br>(мг) |              |              |             | Витамины     |               |             |             |              |
|--------------------------------------------------------------------|----------|--------------|----------------|--------------|-----------------|------------------|----------------|------------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
|                                                                    |          | всего        | в т.ч.<br>жив. | всего        | в т.ч.<br>раст. |                  |                | Ca                           | Mg           | P            | Fe          | A,мг         | PЭ,мкг        | TЭ,мг       | B1,мг       | C,мг         |
| <b>Завтрак</b>                                                     |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
| Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021                      | 230      | 9,16         | 4,22           | 11,50        | 0,00            | 40,48            | 299,62         | 182,1                        | 52,53        | 208,4        | 1,31        | 81,79        | 91,56         | 0,35        | 0,18        | 0,31         |
| 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         |
| Булка с сыром №1, сб.2021г.шк                                      | 50/20    | 12,26        | 7,73           | 9,58         | 1,76            | 31,34            | 261,55         | 306,9                        | 35,57        | 226,4        | 1,38        | 61,74        | 71,4          | 1,14        | 0,1         | 0,21         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>                                          |          | <b>24,70</b> | <b>14,85</b>   | <b>24,22</b> | <b>1,76</b>     | <b>86,17</b>     | <b>656,25</b>  | <b>597,6</b>                 | <b>109,2</b> | <b>526,7</b> | <b>3,26</b> | <b>155,5</b> | <b>185,03</b> | <b>1,49</b> | <b>0,31</b> | <b>1,04</b>  |
| <b>Обед</b>                                                        |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
| Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021                              | 60       | 0,78         | 0,00           | 3,47         | 0,00            | 10,66            | 72,85          | 14,42                        | 8,44         | 16,57        | 0,54        | 0            | 0,98          | 1,77        | 0           | 0,39         |
| 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         |
| Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ2022             | 130      | 16,17        | 15,44          | 13,56        | 5,56            | 15,13            | 245,72         | 16,2                         | 30,29        | 143          | 1,59        | 9,69         | 88,17         | 2,82        | 0,06        | 1,19         |
| Макаронные изделия 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 груш №311, сб. 2021б/с                                   | 180      | 0,12         | 0,00           | 0,08         | 0,09            | 15,94            | 60,87          | 5,52                         | 3,22         | 4,3          | 0,65        | 0            | 0,62          | 0,12        | 0           | 0,62         |
| 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            |
| 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            |
| апельсин сб.2021г.                                                 | 280      | 2,08         | 0,00           | 0,46         | 0,46            | 23,79            | 102,75         | 78,54                        | 30,03        | 53,13        | 0,69        | 0            | 18,48         | 0,46        | 0,09        | 138,6        |
| <b>Итого за 'Обед'</b>                                             |          | <b>30,85</b> | <b>15,48</b>   | <b>24,08</b> | <b>6,82</b>     | <b>128,96</b>    | <b>835,98</b>  | <b>151,3</b>                 | <b>113</b>   | <b>343,9</b> | <b>6,23</b> | <b>35,37</b> | <b>365,2</b>  | <b>6,53</b> | <b>0,42</b> | <b>144,5</b> |
| <b>Итого за день</b>                                               |          | <b>55,54</b> | <b>30,33</b>   | <b>48,29</b> | <b>8,59</b>     | <b>215,13</b>    | <b>1492,23</b> | <b>748,8</b>                 | <b>222,2</b> | <b>870,6</b> | <b>9,49</b> | <b>190,9</b> | <b>550,23</b> | <b>8,03</b> | <b>0,73</b> | <b>145,6</b> |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |
|                                                                    |          |              |                |              |                 |                  |                |                              |              |              |             |              |               |             |             |              |

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 27.10.2023г. 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        |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
| <b>Завтрак</b>                                                     |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
| Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021                      | 250      | 9,96         | 4,59         | 12,50        | 0,00         | 44,00         | 325,67         | 197,9                     | 57,09        | 226,5        | 1,42        | 88,9         | 99,52         | 0,38        | 0,19        | 0,34        |  |
| 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        |  |
| Булка с сыром №1, сб.2021г.                                        | 70/30    | 12,26        | 7,73         | 9,58         | 1,76         | 31,34         | 261,55         | 306,9                     | 35,57        | 226,4        | 1,38        | 61,74        | 71,4          | 1,14        | 0,1         | 0,21        |  |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>                                          |          | <b>25,49</b> | <b>15,22</b> | <b>25,22</b> | <b>1,76</b>  | <b>89,69</b>  | <b>682,31</b>  | <b>613,4</b>              | <b>113,7</b> | <b>544,8</b> | <b>3,37</b> | <b>162,6</b> | <b>192,99</b> | <b>1,52</b> | <b>0,33</b> | <b>1,07</b> |  |
| <b>Обед</b>                                                        |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
| Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021                              | 100      | 1,31         | 0,00         | 5,78         | 0,00         | 17,77         | 121,42         | 24,03                     | 14,07        | 27,62        | 0,9         | 0            | 1,63          | 2,94        | 0,01        | 0,65        |  |
| 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        |  |
| Котлеты "Полтавские"с соусом № 539, сб.Онищенко ГГ2022             | 100/50   | 18,66        | 17,82        | 15,64        | 6,41         | 17,45         | 283,52         | 18,69                     | 34,95        | 165          | 1,84        | 11,19        | 101,73        | 3,26        | 0,07        | 1,38        |  |
| Макаронные изделия 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 груш №311, сб. 2021                                      | 200      | 0,13         | 0,00         | 0,09         | 0,10         | 17,71         | 67,63          | 6,13                      | 3,58         | 4,78         | 0,73        | 0            | 0,69          | 0,14        | 0           | 0,69        |  |
| 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           |  |
| 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           |  |
| апельсин сб.2021г.                                                 | 280      | 2,08         | 0,00         | 0,46         | 0,46         | 23,79         | 102,75         | 78,54                     | 30,03        | 53,13        | 0,69        | 0            | 18,48         | 0,46        | 0,09        | 138,6       |  |
| <b>Итого за 'Обед'</b>                                             |          | <b>36,22</b> | <b>17,86</b> | <b>29,90</b> | <b>7,83</b>  | <b>152,30</b> | <b>998,45</b>  | <b>172</b>                | <b>132,5</b> | <b>404,8</b> | <b>7,51</b> | <b>42,57</b> | <b>442,41</b> | <b>8,41</b> | <b>0,48</b> | <b>146</b>  |  |
| <b>Итого за день</b>                                               |          | <b>61,72</b> | <b>33,08</b> | <b>55,12</b> | <b>9,60</b>  | <b>241,99</b> | <b>1680,76</b> | <b>785,4</b>              | <b>246,2</b> | <b>949,6</b> | <b>10,9</b> | <b>205,2</b> | <b>635,4</b>  | <b>9,94</b> | <b>0,81</b> | <b>147</b>  |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |
|                                                                    |          |              |              |              |              |               |                |                           |              |              |             |              |               |             |             |             |  |

Завпроизводством: Жб (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра О.В. (Кузьмина О.В.)