

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

**МЕНЮ на 27.11.2023г. 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4	
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 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	
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	
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>17,30</b>	<b>9,57</b>	<b>22,40</b>	<b>0,79</b>	<b>94,71</b>	<b>645,53</b>	<b>405,6</b>	<b>74,25</b>	<b>368</b>	<b>4,57</b>	<b>138,7</b>	<b>146,98</b>	<b>1,12</b>	<b>0,24</b>	<b>5,95</b>	
<b>Обед</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	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	4,27	2,79	0,44	0,40	12,14	68,23	13,07	18,78	71,67	0,65	0,9	3,26	0,26	0,07	3,91	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	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	
Хлеб подовый "Уньш" №2, сб.2021г.11	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>34,63</b>	<b>16,17</b>	<b>17,80</b>	<b>4,55</b>	<b>139,51</b>	<b>838,17</b>	<b>66,55</b>	<b>193,2</b>	<b>418,4</b>	<b>7,48</b>	<b>36,15</b>	<b>150,29</b>	<b>2,85</b>	<b>0,4</b>	<b>7,63</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пицца средиземноморская № 1091 сб Онищенко Г.Г.	80	8,53	5,65	6,23	0,02	22,72	180,99	122,7	16,5	115,7	0,82	23,78	55,44	0,77	0,06	1,01	
апельсин сб.2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7	
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 'Полдник'</b>		<b>10,53</b>	<b>5,65</b>	<b>6,68</b>	<b>0,47</b>	<b>53,95</b>	<b>311,51</b>	<b>195,9</b>	<b>44,38</b>	<b>165</b>	<b>1,49</b>	<b>23,78</b>	<b>72,6</b>	<b>1,2</b>	<b>0,14</b>	<b>129,7</b>	
<b>Ужин</b>																	
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	120	17,76	17,36	6,74	0,00	3,70	146,31	44,33	22,35	178,6	1,11	87,59	117,92	1,18	0,07	1,14	
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.	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	
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2021сахар 10,0	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1	
<b>Итого за 'ужин'</b>		<b>23,90</b>	<b>17,38</b>	<b>11,46</b>	<b>0,33</b>	<b>73,70</b>	<b>486,54</b>	<b>72,86</b>	<b>72,65</b>	<b>305</b>	<b>3,78</b>	<b>113,5</b>	<b>153,28</b>	<b>1,89</b>	<b>0,28</b>	<b>9,4</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	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>5,74</b>	<b>6,11</b>	<b>5,93</b>	<b>0,00</b>	<b>9,01</b>	<b>111,25</b>	<b>222,5</b>	<b>25,66</b>	<b>165</b>	<b>0,18</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>92,11</b>	<b>54,88</b>	<b>64,27</b>	<b>6,13</b>	<b>370,88</b>	<b>2393,00</b>	<b>963,5</b>	<b>410,1</b>	<b>1421</b>	<b>17,5</b>	<b>337,4</b>	<b>569,51</b>	<b>7,05</b>	<b>1,12</b>	<b>153,8</b>	

Зав.производством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 27.11.2023г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг			
Завтрак																			
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48			
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 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			
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			
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>19,04</b>	<b>10,86</b>	<b>24,54</b>	<b>0,79</b>	<b>100,46</b>	<b>695,06</b>	<b>459,8</b>	<b>81,19</b>	<b>412,5</b>	<b>4,66</b>	<b>152,5</b>	<b>158,91</b>	<b>1,13</b>	<b>0,26</b>	<b>6,24</b>			
Обед																			
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			
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89			
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	170	16,85	15,15	12,55	3,84	21,31	264,49	18,25	32,53	143,6	1,56	12,84	133,62	2,18	0,07	1,7			
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	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			
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	120	8,94	0,00	1,06	1,06	55,15	270,53	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>43,00</b>	<b>18,65</b>	<b>20,88</b>	<b>5,49</b>	<b>176,97</b>	<b>1045,44</b>	<b>90,06</b>	<b>237,2</b>	<b>509,6</b>	<b>9,31</b>	<b>42,66</b>	<b>173,24</b>	<b>3,33</b>	<b>0,48</b>	<b>10,28</b>			
Полдник																			
Пицца средиземноморская № 1091 сб Онищенко Г.Г.	100	10,66	7,06	7,79	0,02	28,40	226,24	153,4	20,62	144,6	1,02	29,72	69,3	0,96	0,07	1,27			
апельсин сб.2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7			
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 'Полдник '</b>		<b>12,67</b>	<b>7,06</b>	<b>8,23</b>	<b>0,47</b>	<b>59,63</b>	<b>356,76</b>	<b>226,6</b>	<b>48,51</b>	<b>193,9</b>	<b>1,69</b>	<b>29,72</b>	<b>86,46</b>	<b>1,39</b>	<b>0,15</b>	<b>130</b>			
Ужин																			
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	150	22,83	22,33	9,93	0,00	4,63	198,98	59,36	31,54	243,7	1,56	109,5	147,4	0,86	0,11	0,81			
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	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.	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			
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1			
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>30,01</b>	<b>22,35</b>	<b>14,78</b>	<b>1,15</b>	<b>81,37</b>	<b>571,28</b>	<b>90,89</b>	<b>86,15</b>	<b>381,4</b>	<b>4,49</b>	<b>135,4</b>	<b>182,76</b>	<b>1,74</b>	<b>0,34</b>	<b>9,07</b>			
второй ужин																			
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			
<b>Итого за 'второй ужин '</b>		<b>5,74</b>	<b>6,11</b>	<b>5,93</b>	<b>0,00</b>	<b>9,01</b>	<b>111,25</b>	<b>222,5</b>	<b>25,66</b>	<b>165</b>	<b>0,18</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>1,1</b>			
<b>Итого за день</b>		<b>110,46</b>	<b>65,04</b>	<b>74,37</b>	<b>7,90</b>	<b>427,44</b>	<b>2779,79</b>	<b>1090</b>	<b>478,7</b>	<b>1662</b>	<b>20,3</b>	<b>385,6</b>	<b>647,74</b>	<b>7,59</b>	<b>1,3</b>	<b>156,7</b>			

Завпроизводством:

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 27.11.2023г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4		
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	180	2,58	2,74	2,53	0,00	13,42	84,39	95,28	10,96	70,47	0,1	10,8	19,8	0	0,03	0,47		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом 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		
йогурт №297 сб. 2021	120	3,41	3,41	3,76	0,00	4,70	68,56	141,1	16,46	111,7	0,12	23,52	26,4	0	0,04	0,82		
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>15,16</b>	<b>8,41</b>	<b>20,98</b>	<b>0,59</b>	<b>71,44</b>	<b>532,53</b>	<b>345,7</b>	<b>60,92</b>	<b>318,2</b>	<b>1,73</b>	<b>131,7</b>	<b>138,18</b>	<b>0,92</b>	<b>0,21</b>	<b>1,69</b>		
Обед																		
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		
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96		
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5		
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	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		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	25	1,29	0,00	0,16	0,16	8,43	40,10	3,76	5,39	14,21	0,33	0	0	0,22	0,03	0		
Хлеб подовый "Уныш" №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.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7		
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>33,10</b>	<b>18,03</b>	<b>17,59</b>	<b>4,28</b>	<b>114,24</b>	<b>727,34</b>	<b>88,34</b>	<b>212,1</b>	<b>476,2</b>	<b>10,8</b>	<b>36,74</b>	<b>151,6</b>	<b>3,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,68</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>48,25</b>	<b>26,44</b>	<b>38,56</b>	<b>4,87</b>	<b>185,68</b>	<b>1259,87</b>	<b>434,1</b>	<b>273</b>	<b>794,4</b>	<b>12,6</b>	<b>168,4</b>	<b>289,78</b>	<b>4,38</b>	<b>0,67</b>	<b>13,37</b>		

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 27.11.2023г. 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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48	
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 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	
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>18,04</b>	<b>10,86</b>	<b>24,34</b>	<b>0,59</b>	<b>79,86</b>	<b>608,58</b>	<b>445,8</b>	<b>73,19</b>	<b>398,5</b>	<b>1,86</b>	<b>152,5</b>	<b>158,91</b>	<b>0,93</b>	<b>0,24</b>	<b>2,24</b>	
Обед																	
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	
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,52	5,80	0,62	0,50	15,18	94,67	19,39	26,97	115	0,88	1,87	5,64	0,47	0,09	4,96	
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	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	
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	
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	70	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
апельсин сб.2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7	
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>44,99</b>	<b>19,19</b>	<b>19,99</b>	<b>5,56</b>	<b>191,05</b>	<b>1097,14</b>	<b>184,9</b>	<b>283,5</b>	<b>609,8</b>	<b>13,2</b>	<b>41,9</b>	<b>176,24</b>	<b>4,28</b>	<b>0,64</b>	<b>142,8</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>63,03</b>	<b>30,05</b>	<b>44,34</b>	<b>6,15</b>	<b>270,91</b>	<b>1705,72</b>	<b>630,7</b>	<b>356,7</b>	<b>1008</b>	<b>15,1</b>	<b>194,4</b>	<b>335,16</b>	<b>5,2</b>	<b>0,88</b>	<b>145,1</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)