

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

**МЕНЮ на 30.11.2022г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РD, мкг	T, мкг	B1, мг	C, мг
<b>Завтрак</b>																
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овсе) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	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 "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №1, 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>15,36</b>	<b>9,51</b>	<b>11,47</b>	<b>0,72</b>	<b>73,76</b>	<b>455,22</b>	<b>381,8</b>	<b>59,52</b>	<b>310,5</b>	<b>4,25</b>	<b>64,82</b>	<b>91,05</b>	<b>1,04</b>	<b>0,16</b>	<b>4,92</b>
<b>Обед</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
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г	225	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73
Филе горбуши 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
Картофельное пюре №146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38
Компот из смеси сухофруктов №410, сб.лик.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>28,36</b>	<b>18,33</b>	<b>21,94</b>	<b>1,09</b>	<b>100,72</b>	<b>688,94</b>	<b>133,5</b>	<b>106,4</b>	<b>361,5</b>	<b>5,04</b>	<b>36,98</b>	<b>470,32</b>	<b>3,32</b>	<b>0,37</b>	<b>33,72</b>
<b>Полдник</b>																
Слойка домашняя №290, сб. 2021	70	3,49	0,00	1,19	1,54	22,67	114,84	8,75	12,83	33,04	0,78	0	0	0,87	0,04	0
Клесь 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
банан сб.2021г ТК №5	247	3,71	0,00	1,24	1,24	56,07	235,89	19,76	103,7	69,16	1,48	0	49,4	0,99	0,1	24,7
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,20</b>	<b>0,00</b>	<b>2,43</b>	<b>2,78</b>	<b>98,72</b>	<b>426,65</b>	<b>28,99</b>	<b>116,6</b>	<b>102,2</b>	<b>2,32</b>	<b>0</b>	<b>49,4</b>	<b>1,86</b>	<b>0,14</b>	<b>24,7</b>
<b>Ужин</b>																
Салат "Николайский" №32, сб.2021	80	1,39	0,00	5,92	0,00	7,91	86,07	26,72	16,69	36,27	0,9	0	7,39	3,02	0,03	3,67
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	250	18,23	14,95	17,32	0,65	33,60	360,66	28,88	57	216,9	2,41	25,06	127,28	2,56	0,11	1,29
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>24,79</b>	<b>16,40</b>	<b>25,16</b>	<b>1,11</b>	<b>76,47</b>	<b>621,42</b>	<b>119,2</b>	<b>94,87</b>	<b>332,1</b>	<b>4,3</b>	<b>31,06</b>	<b>145,67</b>	<b>6,19</b>	<b>0,23</b>	<b>5,22</b>
<b>второй ужин</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
яффи 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
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>5,10</b>	<b>4,26</b>	<b>5,69</b>	<b>0,00</b>	<b>30,00</b>	<b>189,03</b>	<b>181,2</b>	<b>23,58</b>	<b>150,5</b>	<b>0,6</b>	<b>30</b>	<b>33,9</b>	<b>0,21</b>	<b>0,05</b>	<b>1,03</b>

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждено  
 Директор ГБОУ Уфимская КНИИ № 92  
 Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 30.11.2022г. 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	Мг	Р	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	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 "Свежий" 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>16,24</b>	<b>10,24</b>	<b>12,49</b>	<b>0,72</b>	<b>77,47</b>	<b>482,55</b>	<b>408,4</b>	<b>63,87</b>	<b>334</b>	<b>4,3</b>	<b>69,24</b>	<b>99,16</b>	<b>1,05</b>	<b>0,17</b>	<b>5,05</b>		
<b>Обед</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		
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66		
Филе горбуши 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		
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46		
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.	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>33,10</b>	<b>20,99</b>	<b>24,89</b>	<b>1,36</b>	<b>112,92</b>	<b>780,81</b>	<b>153</b>	<b>126,7</b>	<b>427,7</b>	<b>5,94</b>	<b>45,16</b>	<b>538,43</b>	<b>3,64</b>	<b>0,46</b>	<b>37,3</b>		
<b>Полдник</b>																		
Слойка домашняя №290, сб. 2021	70	3,49	0,00	1,19	1,54	22,67	114,84	8,75	12,83	33,04	0,78	0	0	0,87	0,04	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		
банан сб.2021г. ТК № 5	247	3,71	0,00	1,24	1,24	56,07	235,89	19,76	103,7	69,16	1,48	0	49,4	0,99	0,1	24,7		
<b>Итого за "Полдник"</b>		<b>7,20</b>	<b>0,00</b>	<b>2,43</b>	<b>2,78</b>	<b>98,72</b>	<b>426,65</b>	<b>28,99</b>	<b>116,6</b>	<b>102,2</b>	<b>2,32</b>	<b>0</b>	<b>49,4</b>	<b>1,86</b>	<b>0,14</b>	<b>24,7</b>		
<b>Ужин</b>																		
Салат "Школьный" №32, сб.2021	80	1,39	0,00	5,92	0,00	7,91	86,07	26,72	16,69	36,27	0,9	0	7,39	3,02	0,03	3,67		
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	250	18,23	14,95	17,32	0,65	33,60	360,66	28,88	57	216,9	2,41	25,06	127,28	2,56	0,11	1,29		
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>25,82</b>	<b>16,40</b>	<b>25,29</b>	<b>1,24</b>	<b>83,21</b>	<b>653,49</b>	<b>122,2</b>	<b>99,19</b>	<b>343,5</b>	<b>4,56</b>	<b>31,06</b>	<b>145,67</b>	<b>6,36</b>	<b>0,25</b>	<b>5,22</b>		
<b>второй ужин</b>																		
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		
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		
<b>Итого за "второй ужин"</b>		<b>5,96</b>	<b>5,12</b>	<b>6,63</b>	<b>0,00</b>	<b>31,18</b>	<b>206,17</b>	<b>216,5</b>	<b>27,7</b>	<b>178,4</b>	<b>0,63</b>	<b>35,88</b>	<b>40,5</b>	<b>0,21</b>	<b>0,06</b>	<b>1,23</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>88,31</b>	<b>52,74</b>	<b>71,74</b>	<b>6,10</b>	<b>403,49</b>	<b>2549,68</b>	<b>929</b>	<b>434</b>	<b>1386</b>	<b>17,8</b>	<b>181,3</b>	<b>873,16</b>	<b>13,13</b>	<b>1,08</b>	<b>73,5</b>		

Завпроизводством:

(Хурмагуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

**МЕНЮ на 30.11.2022г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	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 "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>19,46</b>	<b>13,78</b>	<b>16,97</b>	<b>0,52</b>	<b>83,16</b>	<b>557,78</b>	<b>549</b>	<b>75,1</b>	<b>446,9</b>	<b>2,05</b>	<b>94,82</b>	<b>124,95</b>	<b>1,05</b>	<b>0,19</b>	<b>1,95</b>	
Обед																	
Салат из белокочанной 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	
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	225	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73	
Филе горбуши, 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	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,51	21,69	140,58	35,6	28,41	83,23	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38	
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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>30,42</b>	<b>18,24</b>	<b>22,31</b>	<b>1,50</b>	<b>91,61</b>	<b>673,69</b>	<b>151,5</b>	<b>121,2</b>	<b>392</b>	<b>8,15</b>	<b>36,98</b>	<b>470,28</b>	<b>3,81</b>	<b>0,43</b>	<b>37,72</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>49,88</b>	<b>32,01</b>	<b>39,28</b>	<b>2,03</b>	<b>174,77</b>	<b>1231,47</b>	<b>700,5</b>	<b>196,3</b>	<b>838,9</b>	<b>10,2</b>	<b>131,8</b>	<b>595,23</b>	<b>4,85</b>	<b>0,62</b>	<b>39,67</b>	

Завпроизводством:

*55/*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*72*

(Кузьмина О.В.)

Утверждено  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 30.11.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>Завтрак</b>																
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	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 "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>20,31</b>	<b>14,63</b>	<b>17,91</b>	<b>0,52</b>	<b>84,34</b>	<b>574,92</b>	<b>584,2</b>	<b>79,21</b>	<b>474,8</b>	<b>2,08</b>	<b>100,7</b>	<b>131,55</b>	<b>1,05</b>	<b>0,2</b>	<b>2,15</b>
<b>Обед</b>																
Салат из белокочанной 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
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Филе горбуши, 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
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>36,04</b>	<b>20,90</b>	<b>25,37</b>	<b>1,88</b>	<b>109,63</b>	<b>793,37</b>	<b>173,2</b>	<b>144,7</b>	<b>466,1</b>	<b>9,23</b>	<b>45,16</b>	<b>538,37</b>	<b>4,27</b>	<b>0,53</b>	<b>41,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>56,36</b>	<b>35,53</b>	<b>43,28</b>	<b>2,41</b>	<b>193,97</b>	<b>1368,29</b>	<b>757,5</b>	<b>224</b>	<b>940,9</b>	<b>11,3</b>	<b>145,9</b>	<b>669,92</b>	<b>5,32</b>	<b>0,73</b>	<b>43,45</b>

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)