

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

**МЕНЮ на 01.02.2024г. 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>																
Запеканка из творога №239 сб. 2021	170	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	4,65	19,42	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6
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>34,83</b>	<b>26,03</b>	<b>21,07</b>	<b>0,80</b>	<b>96,51</b>	<b>709,94</b>	<b>321,7</b>	<b>88,45</b>	<b>427,9</b>	<b>5,31</b>	<b>126,6</b>	<b>1354,58</b>	<b>2,01</b>	<b>0,23</b>	<b>5,16</b>
<b>Обед</b>																
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,24	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Пюре гороховое №178, сб. 2021	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	0
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.сахар 10	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	0	116,6	1,1	0,02	0,8
Хлеб пшеничный "Уныш" №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>33,62</b>	<b>13,14</b>	<b>25,82</b>	<b>13,45</b>	<b>130,79</b>	<b>853,67</b>	<b>170,4</b>	<b>163,3</b>	<b>492,4</b>	<b>8,38</b>	<b>32,52</b>	<b>734,4</b>	<b>8,09</b>	<b>0,73</b>	<b>18,4</b>
<b>Полдник</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
мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0
апельсин сб.2021г.	220	1,63	0,00	0,36	0,36	18,69	80,73	61,71	23,6	41,75	0,54	0	14,52	0,36	0,07	108,9
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,54</b>	<b>6,11</b>	<b>6,30</b>	<b>0,36</b>	<b>58,35</b>	<b>308,77</b>	<b>284,2</b>	<b>49,26</b>	<b>206,7</b>	<b>0,73</b>	<b>25,28</b>	<b>60,87</b>	<b>0,36</b>	<b>0,13</b>	<b>110</b>
<b>Ужин</b>																
Салат из белокачанной капусты №6, сб.2021	60	1,29	0,00	2,71	0,01	7,96	57,82	32,43	12,16	24,31	0,44	0	122,03	1,42	0,02	12,51
Жаркое по-домашнему с курицей ТТК	200	14,89	13,14	16,84	5,85	20,34	290,75	25,04	37,91	172,2	2,09	27,13	67,32	3,2	0,12	3,92
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
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
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>21,63</b>	<b>16,18</b>	<b>22,70</b>	<b>6,19</b>	<b>60,06</b>	<b>522,52</b>	<b>170,9</b>	<b>73,02</b>	<b>303,3</b>	<b>3,3</b>	<b>39,13</b>	<b>211,35</b>	<b>5,06</b>	<b>0,22</b>	<b>16,95</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
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
<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>104,28</b>	<b>66,59</b>	<b>81,72</b>	<b>21,00</b>	<b>362,88</b>	<b>2545,86</b>	<b>1163</b>	<b>405,2</b>	<b>1615</b>	<b>18,3</b>	<b>258,8</b>	<b>2400,8</b>	<b>15,78</b>	<b>1,4</b>	<b>151,8</b>

Зав.производством:

*[Подпись]*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*[Подпись]*

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 01.02.2024г. 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	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	200	33,98	30,63	23,85	0,00	52,04	558,98	330,6	50,04	398,2	1,27	148,9	171,27	1,03	0,12	0,66	
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01	
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>41,46</b>	<b>30,63</b>	<b>24,82</b>	<b>0,97</b>	<b>114,16</b>	<b>838,81</b>	<b>384,1</b>	<b>114,1</b>	<b>518,9</b>	<b>6,01</b>	<b>148,9</b>	<b>2186,27</b>	<b>2,5</b>	<b>0,28</b>	<b>5,67</b>	
<b>Обед</b>																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	120	2,30	0,00	3,10	0,13	13,73	86,33	29,5	29,7	70,1	0,98	0	494,03	0,23	0,12	14,71	
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,30	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6	
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2021 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06	
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	0	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	0	116,6	1,1	0,02	0,8	
Хлеб подовый "Уньш" №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>37,83</b>	<b>13,21</b>	<b>27,82</b>	<b>13,59</b>	<b>147,48</b>	<b>950,82</b>	<b>196,6</b>	<b>189,6</b>	<b>568,2</b>	<b>9,88</b>	<b>39,45</b>	<b>866,97</b>	<b>8,27</b>	<b>0,88</b>	<b>22,18</b>	
<b>Полдник</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	
мармелад сб.2021	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
апельсин сб.2021г.	220	1,63	0,00	0,36	0,36	18,69	80,73	61,71	23,6	41,75	0,54	0	14,52	0,36	0,07	108,9	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,54</b>	<b>6,11</b>	<b>6,30</b>	<b>0,36</b>	<b>58,35</b>	<b>308,77</b>	<b>284,2</b>	<b>49,26</b>	<b>206,7</b>	<b>0,73</b>	<b>25,28</b>	<b>60,87</b>	<b>0,36</b>	<b>0,13</b>	<b>110</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	100	2,16	0,00	4,52	0,02	13,27	96,36	54,05	20,26	40,52	0,74	0	203,38	2,37	0,03	20,85	
Жаркое по-домашнему с курицей ТТК	220	16,38	14,45	18,53	6,44	22,37	319,82	27,55	41,7	189,5	2,3	29,85	74,05	3,52	0,13	4,32	
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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>25,53</b>	<b>17,50</b>	<b>26,39</b>	<b>6,98</b>	<b>77,52</b>	<b>638,26</b>	<b>199,5</b>	<b>91,39</b>	<b>353,8</b>	<b>4,19</b>	<b>41,85</b>	<b>299,43</b>	<b>6,59</b>	<b>0,27</b>	<b>25,69</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	
снежок №297 сб. 2021	193,2	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,38	227,2	26,51	179,9	0,19	37,87	42,5	0	0,06	1,33	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>7,04</b>	<b>5,49</b>	<b>6,25</b>	<b>0,20</b>	<b>17,69</b>	<b>158,50</b>	<b>231,7</b>	<b>32,98</b>	<b>196,9</b>	<b>0,58</b>	<b>37,87</b>	<b>42,5</b>	<b>0,26</b>	<b>0,09</b>	<b>1,33</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>119,39</b>	<b>72,94</b>	<b>91,57</b>	<b>22,10</b>	<b>415,19</b>	<b>2895,16</b>	<b>1296</b>	<b>477,2</b>	<b>1845</b>	<b>21,4</b>	<b>293,4</b>	<b>3456,05</b>	<b>17,97</b>	<b>1,66</b>	<b>164,9</b>	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)



