

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

**МЕНЮ на 13.03.2024 г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51	
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.	90/10	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	
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>14,75</b>	<b>4,31</b>	<b>20,19</b>	<b>0,79</b>	<b>96,51</b>	<b>616,41</b>	<b>220,9</b>	<b>89,42</b>	<b>315,6</b>	<b>5,66</b>	<b>115,3</b>	<b>133,17</b>	<b>1,8</b>	<b>0,32</b>	<b>4,77</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком урожай 2023г. №15	80	0,62	0,00	3,76	0,01	3,35	48,69	16,86	9,94	18,25	0,46	0	72,66	0,33	0,02	5,2	
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	130	11,64	10,94	5,49	0,02	7,09	121,16	23,33	26,6	114,8	0,66	4,73	8	0,72	0,06	2,48	
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 №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 подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	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>33,47</b>	<b>19,17</b>	<b>23,10</b>	<b>1,69</b>	<b>127,18</b>	<b>833,00</b>	<b>100,6</b>	<b>97,28</b>	<b>342,9</b>	<b>4,56</b>	<b>37,35</b>	<b>354,16</b>	<b>1,6</b>	<b>0,36</b>	<b>21,79</b>	
<b>Полдник</b>																	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>3,61</b>	<b>0,05</b>	<b>8,13</b>	<b>0,67</b>	<b>61,95</b>	<b>324,79</b>	<b>30,62</b>	<b>16,1</b>	<b>20,6</b>	<b>3,61</b>	<b>0</b>	<b>9,2</b>	<b>0,35</b>	<b>0,05</b>	<b>19,6</b>	
<b>Ужин</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	
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.	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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>21,15</b>	<b>14,95</b>	<b>21,07</b>	<b>0,93</b>	<b>57,80</b>	<b>498,27</b>	<b>49,3</b>	<b>74,07</b>	<b>256,2</b>	<b>3,47</b>	<b>25,06</b>	<b>128,26</b>	<b>4,67</b>	<b>0,16</b>	<b>1,68</b>	
<b>второй ужин</b>																	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0	
Молоко кипяченное №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>6,78</b>	<b>6,11</b>	<b>6,06</b>	<b>0,13</b>	<b>15,75</b>	<b>143,33</b>	<b>225,5</b>	<b>29,98</b>	<b>176,4</b>	<b>0,44</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>79,76</b>	<b>44,58</b>	<b>78,56</b>	<b>4,21</b>	<b>359,20</b>	<b>2415,81</b>	<b>626,9</b>	<b>306,8</b>	<b>1112</b>	<b>17,8</b>	<b>203</b>	<b>671,14</b>	<b>8,59</b>	<b>0,97</b>	<b>48,94</b>	

Зав.производством:

*[Подпись]*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*[Подпись]*

(Кузьмина О.В.)



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



**МЕНЮ на 13.03.2024 г. 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>																	
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51	
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	
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>14,75</b>	<b>4,31</b>	<b>20,19</b>	<b>0,79</b>	<b>96,51</b>	<b>616,41</b>	<b>220,9</b>	<b>89,42</b>	<b>315,6</b>	<b>5,66</b>	<b>115,3</b>	<b>133,17</b>	<b>1,8</b>	<b>0,32</b>	<b>4,77</b>	
<b>Обед</b>																	
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2024 года ТК № 8	80	1,00	0,00	6,55	6,55	4,13	77,72	35,68	19,4	32,53	0,73	0	137,72	3,31	0,04	24,4	
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 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>40,34</b>	<b>20,99</b>	<b>28,71</b>	<b>8,79</b>	<b>155,95</b>	<b>1025,28</b>	<b>135,4</b>	<b>122,7</b>	<b>406,8</b>	<b>5,49</b>	<b>45,16</b>	<b>486,66</b>	<b>4,78</b>	<b>0,44</b>	<b>44,38</b>	
<b>Полдник</b>																	
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6	
Печенье сб.2021 ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>3,61</b>	<b>0,05</b>	<b>8,13</b>	<b>0,67</b>	<b>61,95</b>	<b>324,79</b>	<b>30,62</b>	<b>16,1</b>	<b>20,6</b>	<b>3,61</b>	<b>0</b>	<b>9,2</b>	<b>0,35</b>	<b>0,05</b>	<b>19,6</b>	
<b>Ужин</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	
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.	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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,71</b>	<b>14,95</b>	<b>23,51</b>	<b>1,06</b>	<b>71,65</b>	<b>578,91</b>	<b>61,92</b>	<b>84,01</b>	<b>278,7</b>	<b>4,1</b>	<b>25,06</b>	<b>128,91</b>	<b>6,02</b>	<b>0,18</b>	<b>1,95</b>	
<b>второй ужин</b>																	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0	
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>6,78</b>	<b>6,11</b>	<b>6,06</b>	<b>0,13</b>	<b>15,75</b>	<b>143,33</b>	<b>225,5</b>	<b>29,98</b>	<b>176,4</b>	<b>0,44</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>88,19</b>	<b>46,41</b>	<b>86,61</b>	<b>11,44</b>	<b>401,82</b>	<b>2688,73</b>	<b>674,3</b>	<b>342,2</b>	<b>1198</b>	<b>19,3</b>	<b>210,8</b>	<b>804,3</b>	<b>13,12</b>	<b>1,08</b>	<b>71,79</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)





### МЕНЮ на 13.03.2024 г. 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>																		
Каша овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	180	6,75	2,53	8,87	0,00	30,72	224,92	125,2	50,34	188,5	1,43	46,35	51,18	0,64	0,18	0,46		
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.	50/5	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		
Ватрушки №280, сб. 2021	70	7,42	3,79	5,43	0,22	29,87	197,61	36,81	10,43	79,64	0,66	19,95	36,4	1,14	0,06	0,04		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>20,42</b>	<b>7,82</b>	<b>24,43</b>	<b>0,81</b>	<b>102,36</b>	<b>702,55</b>	<b>229,8</b>	<b>86,26</b>	<b>360,3</b>	<b>3,36</b>	<b>130,1</b>	<b>163,89</b>	<b>2,66</b>	<b>0,35</b>	<b>0,76</b>		
<b>Обед</b>																		
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2024 годаТК № 8	60	0,71	0,00	4,91	4,91	2,96	57,65	23,76	14,01	23,62	0,52	0	93,3	2,45	0,03	17,4		
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	130	11,64	10,94	5,49	0,02	7,09	121,16	23,33	26,6	114,8	0,66	4,73	8	0,72	0,06	2,48		
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 №310, сб.шк.2021г.92	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 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 подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	48	3,58	0,00	0,42	0,42	22,06	108,21	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>33,88</b>	<b>19,17</b>	<b>24,86</b>	<b>7,20</b>	<b>144,13</b>	<b>911,87</b>	<b>139,1</b>	<b>124,4</b>	<b>388,6</b>	<b>8,66</b>	<b>37,35</b>	<b>382,79</b>	<b>4,39</b>	<b>0,45</b>	<b>49,99</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>54,30</b>	<b>26,99</b>	<b>49,29</b>	<b>8,01</b>	<b>246,50</b>	<b>1614,42</b>	<b>368,9</b>	<b>210,6</b>	<b>748,9</b>	<b>12</b>	<b>167,5</b>	<b>546,68</b>	<b>7,05</b>	<b>0,8</b>	<b>50,75</b>		

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 13.03.2024 г. 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	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																	
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51	
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.	60/5	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	
Ватрушки №280, сб. 2021	80	8,48	4,33	6,20	0,25	34,13	225,84	42,07	11,92	91,02	0,75	22,8	41,6	1,3	0,07	0,04	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,23</b>	<b>8,64</b>	<b>26,19</b>	<b>0,84</b>	<b>110,05</b>	<b>755,77</b>	<b>248,9</b>	<b>93,34</b>	<b>392,6</b>	<b>3,61</b>	<b>138,1</b>	<b>174,77</b>	<b>2,9</b>	<b>0,37</b>	<b>0,81</b>	
<b>Обед</b>																	
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2024 года ТК № 8	80	0,94	0,00	6,54	6,54	3,95	76,87	31,68	18,68	31,49	0,69	0	124,4	3,27	0,04	23,2	
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 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 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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>40,30</b>	<b>20,99</b>	<b>29,30</b>	<b>9,38</b>	<b>171,58</b>	<b>1085,84</b>	<b>166</b>	<b>149,3</b>	<b>457,5</b>	<b>9,76</b>	<b>45,16</b>	<b>481,34</b>	<b>5,58</b>	<b>0,55</b>	<b>59,18</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>62,54</b>	<b>29,63</b>	<b>55,49</b>	<b>10,22</b>	<b>281,63</b>	<b>1841,61</b>	<b>414,9</b>	<b>242,6</b>	<b>850,1</b>	<b>13,4</b>	<b>183,3</b>	<b>656,12</b>	<b>8,48</b>	<b>0,93</b>	<b>60</b>	

Завпроизводством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)      Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)