

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

**МЕНЮ на 18.03.2024 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 " Артек" молочная вязкая №195, сб. 2021	200	7,92	7,92	7,99	0,00	42,67	271,44	130,1	40,25	204,4	2,35	50,82	56,12	0,88	0,16	0,49	
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.5	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>13,87</b>	<b>7,97</b>	<b>16,92</b>	<b>0,79</b>	<b>103,23</b>	<b>614,01</b>	<b>161,5</b>	<b>68,38</b>	<b>272,7</b>	<b>6,4</b>	<b>108,6</b>	<b>121,56</b>	<b>1,98</b>	<b>0,27</b>	<b>5,61</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	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г	200/25	8,89	7,50	10,58	0,16	8,53	162,42	35,99	24,24	107,9	1,63	30,88	195,62	0,34	0,06	9,61	
Котлеты из филе горбуши с соусом №83 сб.2021	130	11,52	10,20	9,42	0,15	16,43	195,91	48,93	36,65	149,6	0,89	12,83	104,51	3,82	0,07	1,28	
спагетти 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 изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32	
Хлеб подовый "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>28,66</b>	<b>17,72</b>	<b>23,76</b>	<b>0,54</b>	<b>116,47</b>	<b>770,41</b>	<b>151,9</b>	<b>106,2</b>	<b>366,1</b>	<b>5,17</b>	<b>58,06</b>	<b>444,57</b>	<b>6,27</b>	<b>0,24</b>	<b>13,43</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	
банан сб.2021г. ТК № 5	240	3,60	0,00	1,20	1,20	54,48	229,20	19,2	100,8	67,2	1,44	0	48	0,96	0,1	24	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>9,50</b>	<b>6,11</b>	<b>7,13</b>	<b>1,20</b>	<b>94,13</b>	<b>457,23</b>	<b>241,7</b>	<b>126,5</b>	<b>232,2</b>	<b>1,62</b>	<b>25,28</b>	<b>94,35</b>	<b>0,96</b>	<b>0,16</b>	<b>25,1</b>	
<b>Ужин</b>																	
Зразы "Школьные" №105, сб.2021	100	12,69	10,70	16,64	0,00	13,92	253,29	24,87	27,42	145,6	1,7	61,77	79,24	1,86	0,06	0,58	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,00	25,01	192,26	23,32	34,99	87,82	1,35	42,48	393,05	0,39	0,13	12,12	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	40	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	
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>22,28</b>	<b>13,81</b>	<b>29,13</b>	<b>0,46</b>	<b>77,45</b>	<b>651,59</b>	<b>164,6</b>	<b>89,68</b>	<b>351,5</b>	<b>4,08</b>	<b>116,3</b>	<b>494,28</b>	<b>2,86</b>	<b>0,3</b>	<b>13,21</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	
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>6,15</b>	<b>5,12</b>	<b>5,78</b>	<b>0,13</b>	<b>13,80</b>	<b>134,92</b>	<b>214,7</b>	<b>29,01</b>	<b>179</b>	<b>0,44</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0,17</b>	<b>0,07</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>80,46</b>	<b>50,73</b>	<b>82,72</b>	<b>3,12</b>	<b>405,08</b>	<b>2628,17</b>	<b>934,4</b>	<b>419,7</b>	<b>1401</b>	<b>17,7</b>	<b>343,5</b>	<b>1194,36</b>	<b>12,23</b>	<b>1,04</b>	<b>58,58</b>	

Зав.производством:

*Х.Р.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*К.*

(Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 18.03.2024 г. интернат с 12 лет и старше**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша " Артек" молочная вязкая №195, сб. 2021	240	9,51	9,51	9,59	0,00	51,21	325,73	156,1	48,29	245,3	2,82	60,98	67,34	1,06	0,19	0,58	
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12	
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>15,45</b>	<b>9,56</b>	<b>18,52</b>	<b>0,79</b>	<b>111,76</b>	<b>668,30</b>	<b>187,6</b>	<b>76,43</b>	<b>313,6</b>	<b>6,87</b>	<b>118,8</b>	<b>132,78</b>	<b>2,15</b>	<b>0,3</b>	<b>5,7</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	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г	250/25	9,29	7,56	11,66	0,20	10,66	181,62	44,12	28,22	117,3	1,77	38,6	244,52	0,38	0,08	12,01	
Котлеты из филе горбуши с соусом №83 сб.2021	120/50	11,75	9,60	12,21	0,19	21,37	241,70	56,47	37,42	151,7	1,01	15,4	100,56	5	0,08	1,51	
спагетти 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 изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32	
Хлеб подовый "Уныш" №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>30,68</b>	<b>17,18</b>	<b>28,40</b>	<b>0,68</b>	<b>132,42</b>	<b>882,69</b>	<b>171,1</b>	<b>114,7</b>	<b>393,3</b>	<b>5,76</b>	<b>71,22</b>	<b>494,86</b>	<b>7,72</b>	<b>0,28</b>	<b>16,06</b>	
<b>Полдник</b>																	
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	
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	
банан сб.2021г. ТК № 5	240	3,60	0,00	1,20	1,20	54,48	229,20	19,2	100,8	67,2	1,44	0	48	0,96	0,1	24	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>9,50</b>	<b>6,11</b>	<b>7,13</b>	<b>1,20</b>	<b>94,13</b>	<b>457,23</b>	<b>241,7</b>	<b>126,5</b>	<b>232,2</b>	<b>1,62</b>	<b>25,28</b>	<b>94,35</b>	<b>0,96</b>	<b>0,16</b>	<b>25,1</b>	
<b>Ужин</b>																	
Зразы "Школьные" №105, сб.2021	130	16,50	13,92	21,63	0,00	18,09	329,28	32,33	35,64	189,3	2,21	80,3	103,01	2,42	0,08	0,75	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,00	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16	
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	
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>27,13</b>	<b>17,04</b>	<b>37,19</b>	<b>0,46</b>	<b>89,96</b>	<b>791,66</b>	<b>179,8</b>	<b>109,6</b>	<b>424,5</b>	<b>5,04</b>	<b>148,9</b>	<b>649,07</b>	<b>3,55</b>	<b>0,36</b>	<b>17,43</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	
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>6,15</b>	<b>5,12</b>	<b>5,78</b>	<b>0,13</b>	<b>13,80</b>	<b>134,92</b>	<b>214,7</b>	<b>29,01</b>	<b>179</b>	<b>0,44</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0,17</b>	<b>0,07</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>88,90</b>	<b>55,01</b>	<b>97,01</b>	<b>3,26</b>	<b>442,07</b>	<b>2934,80</b>	<b>994,8</b>	<b>456,2</b>	<b>1543</b>	<b>19,7</b>	<b>399,5</b>	<b>1410,67</b>	<b>14,55</b>	<b>1,18</b>	<b>65,51</b>	

Запроизводством: Лер (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Р (Кузьмина О.В.)



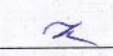
Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

(Б.Р.Баев)

**МЕНЮ на 18.03.2024 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	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
Каша " Артек" молочная вязкая №195, сб. 2021	180	7,13	7,13	7,20	0,00	38,41	244,30	117,1	36,22	183,9	2,11	45,74	50,51	0,79	0,14	0,44
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
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
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 'Завтрак'</b>		<b>17,19</b>	<b>12,30</b>	<b>21,56</b>	<b>0,59</b>	<b>85,42</b>	<b>603,23</b>	<b>346,2</b>	<b>81,05</b>	<b>405,9</b>	<b>3,55</b>	<b>138,8</b>	<b>155,55</b>	<b>1,69</b>	<b>0,29</b>	<b>2,79</b>
Обед																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г.-92	250/25	9,29	7,56	11,66	0,20	10,66	181,62	44,12	28,22	117,3	1,77	38,6	244,52	0,38	0,08	12,01
Котлеты из филе горбуши с соусом №83 сб.2021	120/50	11,75	9,60	12,21	0,19	21,37	241,70	56,47	37,42	151,7	1,01	15,4	100,56	5	0,08	1,51
спагетти 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 изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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 "Уньш" №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>33,68</b>	<b>17,18</b>	<b>28,73</b>	<b>1,02</b>	<b>152,36</b>	<b>976,26</b>	<b>185,6</b>	<b>129,3</b>	<b>426,6</b>	<b>6,6</b>	<b>71,22</b>	<b>495,22</b>	<b>8,17</b>	<b>0,34</b>	<b>16,79</b>
<b>Итого за день</b>		<b>50,87</b>	<b>29,48</b>	<b>50,30</b>	<b>1,61</b>	<b>237,77</b>	<b>1579,49</b>	<b>531,8</b>	<b>210,3</b>	<b>832,5</b>	<b>10,1</b>	<b>210,1</b>	<b>650,77</b>	<b>9,86</b>	<b>0,63</b>	<b>19,59</b>

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)