

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

**МЕНЮ на 19.02.2024г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша молочная "Дружба" с курагой №355, сб. Онищенко ГТ	150	4,99	2,16	6,32	0,02	30,29	193,84	104,6	34,55	121,9	0,82	38,98	87,21	0,54	0,09	0,51	
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	
Морковь с сахаром №16	60	0,70	0,00	0,05	0,00	7,60	30,43	13,76	19,04	27,56	0,36	0	1152	0,23	0,02	1,15	
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>14,25</b>	<b>5,25</b>	<b>18,05</b>	<b>0,81</b>	<b>103,82</b>	<b>622,13</b>	<b>253</b>	<b>93,18</b>	<b>294,8</b>	<b>5,29</b>	<b>108,8</b>	<b>1326,51</b>	<b>1,85</b>	<b>0,26</b>	<b>6,18</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07	
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66	
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27	
кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2	
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>22,21</b>	<b>13,89</b>	<b>28,39</b>	<b>2,69</b>	<b>92,69</b>	<b>702,94</b>	<b>314,3</b>	<b>107,6</b>	<b>329,8</b>	<b>4,65</b>	<b>167,2</b>	<b>1242,14</b>	<b>4,18</b>	<b>0,46</b>	<b>28,2</b>	
<b>Полдник</b>																	
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51	
Печенье сб.2021 ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>9,11</b>	<b>6,29</b>	<b>13,23</b>	<b>0,72</b>	<b>47,38</b>	<b>342,25</b>	<b>287,8</b>	<b>46,41</b>	<b>224,8</b>	<b>4,18</b>	<b>43,16</b>	<b>57,44</b>	<b>0,36</b>	<b>0,12</b>	<b>19,51</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	
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.	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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>8,38</b>	<b>0,08</b>	<b>18,59</b>	<b>0,33</b>	<b>67,66</b>	<b>461,09</b>	<b>68,06</b>	<b>74,85</b>	<b>183,1</b>	<b>3,42</b>	<b>56,64</b>	<b>531,59</b>	<b>3,99</b>	<b>0,26</b>	<b>20,94</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>60,72</b>	<b>31,63</b>	<b>84,33</b>	<b>4,68</b>	<b>327,30</b>	<b>2271,73</b>	<b>1149</b>	<b>352</b>	<b>1209</b>	<b>18</b>	<b>401</b>	<b>3204,03</b>	<b>10,55</b>	<b>1,18</b>	<b>75,94</b>	

Зав.производством:

*Х*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*К*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 19.02.2024г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																		
Каша молочная "Дружба" с курагой №355, сб. Онищенко ГГ	180	5,99	2,59	7,58	0,03	36,35	232,61	125,6	41,46	146,3	0,98	46,78	104,65	0,65	0,11	0,61		
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		
Морковь с сахаром №16	100	1,17	0,00	0,08	0,00	12,67	50,72	22,94	31,74	45,94	0,6	0	1920	0,38	0,04	1,92		
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>15,72</b>	<b>5,69</b>	<b>19,35</b>	<b>0,81</b>	<b>114,95</b>	<b>681,19</b>	<b>283,1</b>	<b>112,8</b>	<b>337,6</b>	<b>5,69</b>	<b>116,6</b>	<b>2111,95</b>	<b>2,12</b>	<b>0,3</b>	<b>7,05</b>		
Обед																		
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34		
Щи "Новгородские" №287, сб.Онищенко	250	1,87	0,25	4,58	2,57	9,57	84,06	40,29	19,45	43,33	0,68	15	270,91	1,29	0,05	11,66		
Плов из отварной говядины №120, сб.2021	250	18,51	13,64	20,05	0,00	52,92	465,01	21,77	56,6	246,5	2,85	50,15	565,3	0,82	0,07	0,27		
кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2		
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>22,83</b>	<b>13,89</b>	<b>29,36</b>	<b>2,75</b>	<b>97,30</b>	<b>731,10</b>	<b>323,2</b>	<b>113,6</b>	<b>343,6</b>	<b>5,02</b>	<b>167,2</b>	<b>1342,82</b>	<b>4,73</b>	<b>0,47</b>	<b>29,47</b>		
Полдник																		
ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51		
Печенье сб.2021 ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>9,11</b>	<b>6,29</b>	<b>13,23</b>	<b>0,72</b>	<b>47,38</b>	<b>342,25</b>	<b>287,8</b>	<b>46,41</b>	<b>224,8</b>	<b>4,18</b>	<b>43,16</b>	<b>57,44</b>	<b>0,36</b>	<b>0,12</b>	<b>19,51</b>		
Ужин																		
Салат "Школьный" №32, сб.2021	100	1,74	0,00	7,40	0,00	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	220	4,57	0,09	13,52	0,00	36,69	281,98	34,21	51,32	128,8	1,98	62,3	576,47	0,57	0,19	17,77		
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		
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		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>10,69</b>	<b>0,09</b>	<b>21,50</b>	<b>0,52</b>	<b>83,09</b>	<b>556,36</b>	<b>82,36</b>	<b>90,16</b>	<b>221</b>	<b>4,22</b>	<b>62,3</b>	<b>585,84</b>	<b>5,06</b>	<b>0,31</b>	<b>23,48</b>		
второй ужин																		
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>65,12</b>	<b>32,07</b>	<b>89,50</b>	<b>4,94</b>	<b>358,47</b>	<b>2454,22</b>	<b>1202</b>	<b>392,9</b>	<b>1303</b>	<b>19,6</b>	<b>414,5</b>	<b>4144,41</b>	<b>12,43</b>	<b>1,28</b>	<b>80,61</b>		

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)



