



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



МЕНЮ на 21.03.2024 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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша из смеси круп(гречневая, овсяная, пшенная) молочная жидкая №197, сб. 2021	200	7,90	2,78	9,63	0,00	31,74	239,27	130,7	72,39	206,6	2,14	60,95	35,3	0,05	0,2	0,5	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09	
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	51,82	65,3	0,88	0,09	0	
Сок фруктовый ТК № 6	183,3	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Итого за 'Завтрак'		19,45	9,06	24,41	0,79	102,37	695,21	381,4	125,4	438,1	6,34	144	146,8	1,13	0,37	5,6	
Обед																	
Кукуруза консервированная отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	51,46	98,5	0,69	0,07	1,14	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	150	2,74	0,05	11,60	0,24	17,11	180,09	26,35	20,26	49,22	0,84	28,96	143,32	3,09	0,05	3,32	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8	
Хлеб подовый "Уньш" №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	
Итого за 'Обед '		31,40	25,22	38,47	0,88	77,39	762,52	95,94	84,56	339,3	4,55	110,7	557,64	5,3	0,23	10,54	
Полдник																	
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	21,28	46,35	0	0,06	1,1	
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	
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	
Итого за 'Полдник'		9,23	6,16	14,04	0,64	51,39	360,89	248,1	40,06	182,6	3,7	21,28	54,35	0,32	0,11	17,1	
Ужин																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	200	15,65	12,89	17,09	6,00	22,92	306,03	23,57	46,6	211,1	3,15	0	12,92	3,18	0,16	9,64	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12	
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	
Итого за 'Ужин'		19,66	12,89	21,04	6,34	68,89	532,58	59,8	81,33	282,7	4,71	0	692,46	3,83	0,26	17,19	
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	
йогурт №297 сб. 2021	183,3	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37	
Итого за 'второй ужин'		6,72	5,68	6,40	0,13	14,58	146,35	238,2	31,75	197,6	0,46	39,2	44	0,17	0,08	1,37	
Итого за день		86,46	59,01	104,37	8,78	314,63	2497,54	1023	363,1	1440	19,8	39,2	1495,25	10,76	1,04	51,8	

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.) Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 21.03.2024 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	
Завтрак																	
Каша из смеси круп(гречневая, овсяная, пшеница) молочная жидкая №197, сб. 2021	240	11,70	5,56	14,23	0,00	41,68	333,82	247,8	97,27	313,4	2,64	96,59	42,36	0,06	0,26	1,01	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09	
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	
Итого за 'Завтрак'		23,25	11,84	29,02	0,79	112,32	789,75	498,5	150,3	544,8	6,85	179,6	153,86	1,14	0,44	6,1	
Обед																	
Кукуруза консервированная отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,29	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8	
Хлеб подовый "Уньпш" №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	
Итого за 'Обед'		40,66	33,60	48,70	1,05	86,90	928,00	112,9	102,4	434,6	5,72	137,4	664,07	6,29	0,28	12,91	
Полдник																	
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	
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	
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	
Итого за 'Полдник'		9,23	6,16	14,04	0,64	51,39	360,89	248,1	40,06	182,6	3,7	25,28	54,35	0,32	0,11	17,1	
Ужин																	
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	100	1,71	0,00	4,52	0,00	11,52	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05	8,04	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,53	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05	
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12	
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	
Итого за 'Ужин'		24,95	16,11	26,35	7,97	83,66	658,53	75,06	103,1	357,3	5,97	0	865,55	4,84	0,33	21,21	
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	
йогурт №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37	
Итого за 'второй ужин'		6,72	5,68	6,40	0,13	14,58	146,35	238,2	31,75	197,6	0,46	39,2	44	0,17	0,08	1,37	
Итого за день		104,80	73,39	124,51	10,58	348,86	2883,52	1173	427,6	1717	22,7	381,5	1781,82	12,77	1,24	58,69	

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

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 21.03.2024 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша из смеси круп(гречневая, овсяная, пшеничная) молочная жидкая №197, сб. 2021	150	7,31	3,47	8,90	0,00	26,05	208,64	154,9	60,79	195,9	1,65	60,37	26,47	0,04	0,16	0,63
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.	50/10	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
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
Итого за 'Завтрак'		15,51	6,57	21,02	1,23	89,95	597,90	301	106,8	344,8	6,48	130,2	121,77	1,24	0,34	17,15
Обед																
Кукуруза консервированная отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0
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
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	150	2,74	0,05	11,60	0,24	17,11	180,09	26,35	20,26	49,22	0,84	26,96	143,32	3,09	0,05	3,32
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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	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
Итого за 'Обед'		33,21	25,22	38,68	1,10	89,24	819,10	100,6	91,34	355,8	4,92	110,7	557,6	5,6	0,26	10,54
Итого за день		48,71	31,79	59,71	2,33	179,18	1417,00	401,6	198,1	700,6	11,4	240,9	679,37	6,84	0,6	27,7

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 21.03.2024 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 из смеси круп(гречневая, овсяная, пшениная) молочная жидкая №197, сб. 2021	180	8,77	4,17	10,67	0,00	31,26	250,36	185,8	72,95	235	1,98	72,44	31,77	0,05	0,2	0,76	
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	200	5,86	6,23	5,91	0,00	19,62	151,84	222	25,58	164,4	0,21	25,2	46,2	0	0,06	1,09	
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	
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	
Итого за 'Завтрак'		19,97	10,45	25,90	1,23	99,86	697,71	448,2	132,3	470,1	6,91	155,5	151,27	1,25	0,4	17,85	
Обед																	
Кукуруза консервированная отварная ТК № 9 сб. 2021	60	1,24	0,01	2,65	0,22	6,39	54,13	0,35	0	0,53	0,01	17,7	19,59	0,03	0	0	
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	
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,29	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8	
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	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	
Итого за 'Обед'		43,35	33,60	49,02	1,37	104,57	1012,39	119,8	112,5	459	6,27	137,4	664,01	6,72	0,34	12,91	
Итого за день		63,32	44,05	74,92	2,60	204,43	1710,10	568	244,8	929,1	13,2	292,9	815,27	7,97	0,74	30,76	

Запроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)