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

МЕНЮ на 25.12.2023г. 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4
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
апельсин сб.2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7
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'		**14,96**	**5,30**	**18,12**	**1,22**	**110,92**	**655,24**	**302,1**	**81,56**	**277,7**	**5,06**	**109,3**	**131,14**	**1,55**	**0,28**	**133,6**
Обед																
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	60	1,31	0,00	3,78	0,00	6,11	60,99	28,54	11,35	20,74	0,38	0	173,43	1,94	0,02	11,12
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Обед'		**30,77**	**16,87**	**21,05**	**4,01**	**109,18**	**727,26**	**78,83**	**200,2**	**445,8**	**7,54**	**36,37**	**323,36**	**4,93**	**0,44**	**17,51**
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
Блины с повидлом № 257, сб. 2021	100/15	7,16	3,10	12,59	0,00	41,51	304,88	87,49	15,83	98,4	0,84	50,81	40,81	0,06	0,07	0,39
Итого за 'Полдник'		**12,90**	**9,21**	**18,53**	**0,00**	**50,52**	**416,13**	**310**	**41,49**	**263,4**	**1,02**	**76,1**	**87,17**	**0,06**	**0,14**	**1,48**
Ужин																
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	100	15,22	14,88	6,62	0,00	3,09	132,65	39,57	21,03	162,4	1,04	72,99	98,27	0,57	0,07	0,54
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	150	2,89	0,02	3,59	0,57	23,92	138,40	14,05	31,3	79,63	1,23	21,59	28,43	0,19	0,13	6,05
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 №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
Итого за 'Ужин'		**20,77**	**14,90**	**10,55**	**0,92**	**43,92**	**351,85**	**61,13**	**63,11**	**270,5**	**2,93**	**94,57**	**126,69**	**1,19**	**0,25**	**6,59**
второй ужин																
йогурт №297 сб. 2021	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03
Итого за 'второй ужин'		**4,26**	**4,26**	**4,70**	**0,00**	**5,88**	**85,70**	**176,4**	**20,58**	**139,7**	**0,15**	**29,4**	**33**	**0**	**0,04**	**1,03**
Итого за день		**83,67**	**50,55**	**72,96**	**6,15**	**320,41**	**2236,17**	**928,5**	**406,9**	**1397**	**16,7**	**345,8**	**701,36**	**7,74**	**1,15**	**160,2**

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

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

МЕНЮ на 25.12.2023г. 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
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
апельсин сб.2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7
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'		**15,86**	**5,74**	**19,33**	**1,22**	**115,50**	**687,63**	**321,1**	**84,38**	**294,3**	**5,13**	**117,2**	**136,47**	**1,56**	**0,29**	**133,7**
Обед																
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Обед'		**33,69**	**16,87**	**24,74**	**4,07**	**124,30**	**827,94**	**102,4**	**236,4**	**506,1**	**8,88**	**41,15**	**444,6**	**6,42**	**0,51**	**24,93**
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
Блины с повидлом № 257, сб. 2021	100/15	7,16	3,10	12,59	0,00	41,51	304,88	87,49	15,83	98,4	0,84	50,81	40,81	0,06	0,07	0,39
Итого за 'Полдник'		**12,90**	**9,21**	**18,53**	**0,00**	**50,52**	**416,13**	**310**	**41,49**	**263,4**	**1,02**	**76,1**	**87,17**	**0,06**	**0,14**	**1,48**
Ужин																
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	150	22,83	22,33	9,93	0,00	4,63	198,98	59,36	31,54	243,7	1,56	109,5	147,4	0,86	0,11	0,81
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	28,70	166,08	16,86	37,56	95,55	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26
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
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
Итого за 'Ужин'		**29,99**	**22,35**	**14,71**	**1,17**	**56,99**	**477,93**	**86,73**	**84,19**	**379**	**3,95**	**135,4**	**181,51**	**1,69**	**0,33**	**8,07**
второй ужин																
йогурт №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
Итого за 'второй ужин'		**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**
Итого за день		**97,55**	**59,29**	**82,95**	**6,45**	**354,36**	**2512,47**	**1032**	**471,2**	**1610**	**19,2**	**405,2**	**889,36**	**9,73**	**1,33**	**169,4**

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

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

МЕНЮ на 25.12.2023г. 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 манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4
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
апельсин сб.2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7
Итого за 'Завтрак'		**13,96**	**5,30**	**17,92**	**1,02**	**90,32**	**568,76**	**288,1**	**73,56**	**263,7**	**2,26**	**109,3**	**131,14**	**1,35**	**0,26**	**129,6**
Обед																
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	60	1,31	0,00	3,78	0,00	6,11	60,99	28,54	11,35	20,74	0,38	0	173,43	1,94	0,02	11,12
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	4,27	2,79	0,44	0,40	12,14	68,23	13,07	18,78	71,67	0,65	0,9	3,26	0,26	0,07	3,91
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	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
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'		**32,51**	**16,17**	**21,35**	**4,32**	**118,62**	**777,33**	**93,73**	**210,2**	**458,5**	**10,5**	**36,15**	**322,51**	**5,36**	**0,48**	**20,53**
Итого за день		**46,47**	**21,47**	**39,28**	**5,34**	**208,94**	**1346,09**	**381,9**	**283,8**	**722,1**	**12,8**	**145,5**	**453,65**	**6,71**	**0,74**	**150,2**

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

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

МЕНЮ на 25.12 .2023г. 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
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
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.	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
апельсин сб.2021г.	260	1,93	0,00	0,43	0,43	22,09	95,41	72,93	27,89	49,34	0,64	0	17,16	0,43	0,09	128,7
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'		**15,86**	**5,74**	**19,33**	**1,22**	**115,50**	**687,63**	**321,1**	**84,38**	**294,3**	**5,13**	**117,2**	**136,47**	**1,56**	**0,29**	**133,7**
Обед																
Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы №10, сб.2021	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65	47,56	18,92	34,57	0,63	0	289,04	3,24	0,03	18,54
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89
Митбол с томатным соусом № 542, сб.Онищенко Г.Г.	150	14,87	13,37	11,07	3,38	18,81	233,38	16,1	28,7	126,7	1,38	11,33	117,9	1,93	0,07	1,5
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	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
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'		**37,38**	**16,87**	**25,25**	**4,58**	**142,60**	**922,88**	**122,8**	**254,5**	**544,5**	**12,2**	**41,15**	**444,54**	**7,05**	**0,58**	**28,93**
Итого за день		**53,24**	**22,62**	**44,58**	**5,80**	**258,09**	**1610,51**	**443,8**	**338,9**	**838,8**	**17,3**	**158,4**	**581,02**	**8,61**	**0,88**	**162,6**

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