

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



**МЕНЮ на 29.02.2024г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,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	
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	
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	
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	90	1,12	0,00	0,09	0,09	6,98	29,13	22,03	31,01	44,88	0,57	0	1813,5	0,36	0,04	0,91	
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>14,83</b>	<b>5,58</b>	<b>12,37</b>	<b>0,68</b>	<b>93,45</b>	<b>530,53</b>	<b>276,1</b>	<b>114,5</b>	<b>359,8</b>	<b>5,7</b>	<b>58,35</b>	<b>1886,68</b>	<b>1,73</b>	<b>0,33</b>	<b>5,89</b>	
<b>Обед</b>																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	60	1,15	0,00	1,55	0,07	6,86	43,17	14,75	14,85	35,05	0,49	0	247,02	0,11	0,06	7,36	
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, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58	
Пюре гороховое №178, сб. 2021	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	0	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	0	116,6	1,1	0,02	0,8	
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>36,07</b>	<b>14,46</b>	<b>30,95</b>	<b>4,58</b>	<b>126,44</b>	<b>892,60</b>	<b>173,9</b>	<b>160,5</b>	<b>534,2</b>	<b>9,75</b>	<b>116,7</b>	<b>675,79</b>	<b>4,35</b>	<b>0,75</b>	<b>13,86</b>	
<b>Полдник</b>																	
Запеканка из творога №239 сб. 2021	180/20	28,88	26,03	20,27	0,00	44,23	475,13	281	42,53	338,5	1,08	126,6	145,58	0,87	0,1	0,56	
Кефир №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	
мармелад сб.2021	39,2	0,16	0,00	0,00	0,00	30,03	114,45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>34,00</b>	<b>31,15</b>	<b>25,92</b>	<b>0,00</b>	<b>51,29</b>	<b>577,97</b>	<b>492,7</b>	<b>67,23</b>	<b>506,1</b>	<b>1,26</b>	<b>161,9</b>	<b>185,18</b>	<b>0,87</b>	<b>0,15</b>	<b>1,79</b>	
<b>Ужин</b>																	
огурцы соленые (порциями), сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,57	13,8	8,4	14,4	0,36	0	3	0,06	0,01	3	
Жаркос по-домашнему №97, сб.2014 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,70</b>	<b>16,11</b>	<b>21,76</b>	<b>7,91</b>	<b>47,06</b>	<b>471,90</b>	<b>50,78</b>	<b>77,43</b>	<b>306,7</b>	<b>4,95</b>	<b>0</b>	<b>19,15</b>	<b>4,47</b>	<b>0,26</b>	<b>15,05</b>	
<b>второй ужин</b>																	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	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>7,29</b>	<b>6,11</b>	<b>6,13</b>	<b>0,20</b>	<b>19,13</b>	<b>159,37</b>	<b>227</b>	<b>32,13</b>	<b>182</b>	<b>0,58</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,26</b>	<b>0,09</b>	<b>1,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>114,89</b>	<b>73,40</b>	<b>97,13</b>	<b>13,36</b>	<b>337,36</b>	<b>2632,38</b>	<b>1220</b>	<b>451,7</b>	<b>1889</b>	<b>22,2</b>	<b>362,2</b>	<b>2813,16</b>	<b>11,68</b>	<b>1,58</b>	<b>37,68</b>	

Зав.производством: \_\_\_\_\_ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 29.02.2024г. 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.			Са	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		
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 №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		
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	90	1,12	0,00	0,09	0,09	6,98	29,13	22,03	31,01	44,88	0,57	0	1813,5	0,36	0,04	0,91		
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>15,86</b>	<b>5,58</b>	<b>12,50</b>	<b>0,81</b>	<b>100,19</b>	<b>562,61</b>	<b>279,1</b>	<b>118,8</b>	<b>371,1</b>	<b>5,96</b>	<b>58,35</b>	<b>1886,68</b>	<b>1,9</b>	<b>0,35</b>	<b>5,89</b>		
<b>Обед</b>																		
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26		
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 с соусом №132, сб.2021	120/50	29,28	30,45	29,41	0,03	4,10	397,71	27,67	31,05	250,5	2,55	81,41	208,62	0,99	0,1	2,75		
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	0		
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	0	116,6	1,1	0,02	0,8		
Хлеб подовый "Унып" №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>43,92</b>	<b>17,36</b>	<b>37,98</b>	<b>5,56</b>	<b>148,19</b>	<b>1068,21</b>	<b>210,7</b>	<b>197,5</b>	<b>658,6</b>	<b>11,9</b>	<b>140,4</b>	<b>911,91</b>	<b>5,11</b>	<b>0,93</b>	<b>20,17</b>		
<b>Полдник</b>																		
Запеканка из творога №239 сб. 2021	200/25	33,98	30,63	23,85	0,00	52,04	558,98	330,6	50,04	398,2	1,27	148,9	171,27	1,03	0,12	0,66		
Кефир №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		
мармелад сб.2021	39,2	0,16	0,00	0,00	0,00	30,03	114,45	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>39,09</b>	<b>35,74</b>	<b>29,49</b>	<b>0,00</b>	<b>59,09</b>	<b>661,82</b>	<b>542,3</b>	<b>74,73</b>	<b>565,8</b>	<b>1,45</b>	<b>184,2</b>	<b>210,87</b>	<b>1,03</b>	<b>0,17</b>	<b>1,89</b>		
<b>Ужин</b>																		
огурцы соленые (порциями), сб. 2021	80	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,57	13,8	8,4	14,4	0,36	0	3	0,06	0,01	3		
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	250	19,57	16,11	21,36	7,50	28,65	382,54	29,47	58,25	263,9	3,93	0	16,15	3,98	0,2	12,05		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	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		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>22,70</b>	<b>16,11</b>	<b>21,76</b>	<b>7,91</b>	<b>47,06</b>	<b>471,90</b>	<b>50,78</b>	<b>77,43</b>	<b>306,7</b>	<b>4,95</b>	<b>0</b>	<b>19,15</b>	<b>4,47</b>	<b>0,26</b>	<b>15,05</b>		
<b>второй ужин</b>																		
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	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>7,29</b>	<b>6,11</b>	<b>6,13</b>	<b>0,20</b>	<b>19,13</b>	<b>159,37</b>	<b>227</b>	<b>32,13</b>	<b>182</b>	<b>0,58</b>	<b>25,28</b>	<b>46,35</b>	<b>0,26</b>	<b>0,09</b>	<b>1,1</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>128,87</b>	<b>80,90</b>	<b>107,87</b>	<b>14,48</b>	<b>373,66</b>	<b>2923,91</b>	<b>1310</b>	<b>500,6</b>	<b>2084</b>	<b>24,9</b>	<b>408,3</b>	<b>3074,97</b>	<b>12,77</b>	<b>1,8</b>	<b>44,09</b>		

Заготовлено:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 29.02.2024г. школа 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мл)				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	
<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	
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 №1, сб.2021г.	80	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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>42,45</b>	<b>35,54</b>	<b>28,66</b>	<b>0,40</b>	<b>95,22</b>	<b>801,67</b>	<b>494,5</b>	<b>104,7</b>	<b>575</b>	<b>2,62</b>	<b>170,3</b>	<b>1816,04</b>	<b>1,84</b>	<b>0,24</b>	<b>2,06</b>	
<b>Обед</b>																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,15	0,00	1,55	0,07	6,86	43,17	14,75	14,85	35,05	0,49	0	247,02	0,11	0,06	7,36	
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, соус №132 сб.2021 г.	90/40	20,88	20,38	18,76	0,03	3,55	266,11	18,8	20,19	150,2	1,76	51,01	170,91	0,75	0,06	1,58	
Пюре гороховое №178, сб. 2021	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	0	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	0	116,6	1,1	0,02	0,8	
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0	
Хлеб подовый "Уньш" №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	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>37,32</b>	<b>14,46</b>	<b>31,24</b>	<b>4,87</b>	<b>111,78</b>	<b>854,11</b>	<b>158,1</b>	<b>152,1</b>	<b>529,9</b>	<b>12,1</b>	<b>116,7</b>	<b>559,15</b>	<b>3,65</b>	<b>0,77</b>	<b>17,06</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>79,77</b>	<b>50,00</b>	<b>59,90</b>	<b>5,27</b>	<b>207,00</b>	<b>1655,78</b>	<b>652,6</b>	<b>256,8</b>	<b>1105</b>	<b>14,7</b>	<b>287</b>	<b>2375,19</b>	<b>5,5</b>	<b>1,01</b>	<b>19,12</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 29.02.2024г. 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	PЭ,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
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 №1, сб. 2021г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>48,26</b>	<b>38,43</b>	<b>31,17</b>	<b>0,73</b>	<b>115,97</b>	<b>930,29</b>	<b>527,8</b>	<b>119,6</b>	<b>638,1</b>	<b>3,39</b>	<b>184,2</b>	<b>1832,06</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>2,11</b>
<b>Обед</b>																
Винегрет овощной №42, сб. 2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26
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 с соусом №132, сб. 2021	120/50	29,28	30,45	29,41	0,03	4,10	397,71	27,67	31,05	250,5	2,55	81,41	208,62	0,99	0,1	2,75
Пюре гороховое №178, сб. 2021	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	0
Компот из смеси сухофруктов №310, сб. шк. 2021г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	43,74	165,51	32,9	21	29,2	0,73	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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
Хлеб пшеничный "Уньш" №2, сб. 2021г.	77,3	0,52	0,00	0,09	0,09	3,29	15,26	2,76	3,71	12,46	0,31	0	0,08	0,11	0,01	0
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>46,01</b>	<b>17,36</b>	<b>38,36</b>	<b>5,94</b>	<b>139,07</b>	<b>1056,20</b>	<b>196,9</b>	<b>192,1</b>	<b>661</b>	<b>14,4</b>	<b>140,4</b>	<b>795,24</b>	<b>4,54</b>	<b>0,97</b>	<b>23,37</b>
<b>Итого за день</b>		<b>94,27</b>	<b>55,79</b>	<b>69,54</b>	<b>6,67</b>	<b>255,04</b>	<b>1986,50</b>	<b>724,7</b>	<b>311,7</b>	<b>1299</b>	<b>17,8</b>	<b>324,7</b>	<b>2627,3</b>	<b>6,92</b>	<b>1,27</b>	<b>25,48</b>

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)