

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

**МЕНЮ на 01.12.2021г. 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	А,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	120	11,11	11,82	17,97	0,00	2,00	213,85	76,32	12,81	169,5	1,9	183,5	305,84	0,63	0,05	0,17	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
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, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	100	1,75	0,03	4,83	0,00	17,97	119,51	14,79	24,94	47,96	0,49	22,62	1129,5	0,35	0,03	1,09	
Сок	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>19,99</b>	<b>13,35</b>	<b>33,23</b>	<b>0,81</b>	<b>73,18</b>	<b>665,63</b>	<b>172,6</b>	<b>71,24</b>	<b>323,6</b>	<b>6,43</b>	<b>272,9</b>	<b>1517,14</b>	<b>2,11</b>	<b>0,21</b>	<b>5,51</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов № 14сб.2021	80	0,65	0,00	3,59	0,00	3,29	46,06	17,43	9,42	30,01	0,43	0	6,48	1,85	0,02	3,07	
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г	225	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	150	2,74	0,05	11,60	0,00	17,11	180,09	26,35	20,26	49,21	0,84	26,96	143,32	3,09	0,05	3,32	
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, 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>31,57</b>	<b>23,44</b>	<b>24,28</b>	<b>0,57</b>	<b>61,84</b>	<b>577,99</b>	<b>95,55</b>	<b>91,96</b>	<b>364,7</b>	<b>4,55</b>	<b>46,59</b>	<b>463,52</b>	<b>6,48</b>	<b>0,33</b>	<b>11,49</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	
вафли сб.2021	35	0,98	0,00	1,16	0,00	28,14	120,55	5,6	3,5	12,6	0,53	0,7	1,05	0,25	0,01	0	
груша	188	0,57	0,00	0,43	0,43	18,57	71,84	26,93	17,01	22,68	3,26	0	2,83	0,57	0,03	7,09	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>7,29</b>	<b>6,11</b>	<b>7,51</b>	<b>0,43</b>	<b>55,72</b>	<b>303,64</b>	<b>255</b>	<b>46,17</b>	<b>200,3</b>	<b>3,97</b>	<b>25,98</b>	<b>50,24</b>	<b>0,81</b>	<b>0,1</b>	<b>8,18</b>	
<b>Ужин</b>																	
Горошек зеленый консерв. отварной сб. 2021	80	2,33	0,02	3,38	0,00	8,34	66,00	15,21	15,16	44,53	0,52	23,6	64,12	0,19	0,07	3,04	
Жаркое по-домашнему №101, сб.2021	180	18,20	15,91	18,17	0,00	19,79	311,76	27,49	44,51	230,9	3,4	0	0	0	0,1	2,44	
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 №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>24,73</b>	<b>15,93</b>	<b>22,09</b>	<b>0,54</b>	<b>55,15</b>	<b>506,67</b>	<b>54,72</b>	<b>76,92</b>	<b>320,9</b>	<b>4,97</b>	<b>23,6</b>	<b>64,12</b>	<b>0,89</b>	<b>0,26</b>	<b>5,48</b>	
<b>Перед сном</b>																	
Кефир №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	
<b>Итого за 'Перед сном'</b>		<b>4,26</b>	<b>4,26</b>	<b>4,70</b>	<b>0,00</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,4</b>	<b>20,58</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>87,85</b>	<b>63,10</b>	<b>91,81</b>	<b>2,34</b>	<b>251,78</b>	<b>2139,64</b>	<b>754,3</b>	<b>306,9</b>	<b>1349</b>	<b>20,1</b>	<b>398,5</b>	<b>2128,02</b>	<b>10,29</b>	<b>0,94</b>	<b>31,7</b>	

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

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 01.12.2021г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	120	2,10	0,04	5,79	0,00	21,57	143,41	17,74	29,93	57,55	0,59	27,14	1355,4	0,41	0,04	1,31	
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	
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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>27,23</b>	<b>21,42</b>	<b>44,13</b>	<b>0,61</b>	<b>63,73</b>	<b>759,35</b>	<b>392,3</b>	<b>96,13</b>	<b>529,2</b>	<b>4,38</b>	<b>358,6</b>	<b>1859,1</b>	<b>2,14</b>	<b>0,27</b>	<b>3,01</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов № 14 сб.2021	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,00	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99	
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.	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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, 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	
груша	188	0,57	0,00	0,43	0,43	18,57	71,84	26,93	17,01	22,68	3,26	0	2,83	0,57	0,03	7,09	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>42,32</b>	<b>28,77</b>	<b>29,18</b>	<b>1,48</b>	<b>108,80</b>	<b>841,57</b>	<b>152,9</b>	<b>142,1</b>	<b>499,5</b>	<b>9,33</b>	<b>57,58</b>	<b>581,92</b>	<b>9,02</b>	<b>0,49</b>	<b>21,02</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>69,55</b>	<b>50,20</b>	<b>73,31</b>	<b>2,09</b>	<b>172,53</b>	<b>1600,93</b>	<b>545,2</b>	<b>238,2</b>	<b>1029</b>	<b>13,7</b>	<b>416,1</b>	<b>2441,02</b>	<b>11,16</b>	<b>0,76</b>	<b>24,03</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)


Медсестра  (Кузьмина О.В.)


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



**МЕНЮ на 01.12.2021г. 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	120	11,11	11,82	17,97	0,00	2,00	213,85	76,32	12,81	169,5	1,9	183,5	305,84	0,63	0,05	0,17	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
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	
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	100	1,75	0,03	4,83	0,00	17,97	119,51	14,79	24,94	47,96	0,49	22,62	1129,5	0,35	0,03	1,09	
Кефир №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	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>23,25</b>	<b>17,61</b>	<b>37,73</b>	<b>0,61</b>	<b>58,46</b>	<b>664,85</b>	<b>335</b>	<b>83,82</b>	<b>449,3</b>	<b>3,78</b>	<b>302,3</b>	<b>1550,14</b>	<b>1,91</b>	<b>0,24</b>	<b>2,54</b>	
Обед																	
Салат из свежих огурцов № 14сб.2021	80	0,65	0,00	3,59	0,00	3,29	46,06	17,43	9,42	30,01	0,43	0	6,48	1,85	0,02	3,07	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	150	2,74	0,05	11,60	0,00	17,11	180,09	26,35	20,26	49,21	0,84	26,96	143,32	3,09	0,05	3,32	
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.	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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, 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	
груша	188	0,57	0,00	0,43	0,43	18,57	71,84	26,93	17,01	22,68	3,26	0	2,83	0,57	0,03	7,09	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>33,95</b>	<b>23,44</b>	<b>24,92</b>	<b>1,21</b>	<b>92,26</b>	<b>706,41</b>	<b>127,1</b>	<b>115,8</b>	<b>403,9</b>	<b>8,18</b>	<b>46,59</b>	<b>466,32</b>	<b>7,34</b>	<b>0,39</b>	<b>18,58</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>57,20</b>	<b>41,06</b>	<b>62,65</b>	<b>1,81</b>	<b>150,72</b>	<b>1371,26</b>	<b>462,1</b>	<b>199,6</b>	<b>853,2</b>	<b>12</b>	<b>348,9</b>	<b>2016,46</b>	<b>9,25</b>	<b>0,63</b>	<b>21,12</b>	

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 01.12.2021г. 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21	
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26	
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, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	120	2,10	0,04	5,79	0,00	21,57	143,41	17,74	29,93	57,55	0,59	27,14	1355,4	0,41	0,04	1,31	
Сок	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>23,12</b>	<b>16,31</b>	<b>38,69</b>	<b>0,81</b>	<b>77,27</b>	<b>742,99</b>	<b>194,7</b>	<b>79,43</b>	<b>375,6</b>	<b>7</b>	<b>323,3</b>	<b>1819,5</b>	<b>2,34</b>	<b>0,23</b>	<b>5,77</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих огурцов № 14 сб.2021	100	0,81	0,00	4,49	0,00	4,11	57,57	21,78	11,77	37,51	0,54	0	8,1	2,31	0,02	3,84	
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66	
филе горбуши припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33	
Рагу из овощей № 158, сб. 2021	180	3,29	0,06	13,93	0,00	20,53	216,11	31,62	24,31	59,06	1	32,35	171,98	3,71	0,06	3,99	
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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, 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>39,06</b>	<b>28,77</b>	<b>28,43</b>	<b>0,74</b>	<b>72,56</b>	<b>685,34</b>	<b>119,1</b>	<b>115</b>	<b>452,4</b>	<b>5,52</b>	<b>57,58</b>	<b>579,15</b>	<b>8,02</b>	<b>0,41</b>	<b>13,94</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	
вафли сб.2021	45	8,96	0,14	23,53	0,00	75,04	541,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша	188	0,57	0,00	0,43	0,43	18,57	71,84	26,93	17,01	22,68	3,26	0	2,83	0,57	0,03	7,09	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>15,27</b>	<b>6,26</b>	<b>29,88</b>	<b>0,43</b>	<b>102,62</b>	<b>724,10</b>	<b>249,4</b>	<b>42,67</b>	<b>187,7</b>	<b>3,44</b>	<b>25,28</b>	<b>49,19</b>	<b>0,57</b>	<b>0,09</b>	<b>8,18</b>	
<b>Ужин</b>																	
Горошек зеленый консерв. отварной сб. 2021	80	2,33	0,02	3,38	0,00	8,34	66,00	15,21	15,16	44,53	0,52	23,6	64,12	0,19	0,07	3,04	
Жаркое по-домашнему №101, сб.2021	220	22,24	19,45	22,21	0,00	24,19	381,05	33,6	54,4	282,2	4,16	0	0	0	0,13	2,99	
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	
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>29,81</b>	<b>19,47</b>	<b>26,26</b>	<b>0,67</b>	<b>66,30</b>	<b>608,03</b>	<b>63,84</b>	<b>91,12</b>	<b>383,5</b>	<b>5,99</b>	<b>23,6</b>	<b>64,12</b>	<b>1,06</b>	<b>0,3</b>	<b>6,03</b>	
<b>Перед сном</b>																	
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	
<b>Итого за 'Перед сном'</b>		<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>0,00</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,7</b>	<b>24,7</b>	<b>167,6</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>112,38</b>	<b>75,92</b>	<b>128,91</b>	<b>2,64</b>	<b>325,80</b>	<b>2863,31</b>	<b>838,7</b>	<b>352,9</b>	<b>1567</b>	<b>22,1</b>	<b>465</b>	<b>2551,56</b>	<b>11,99</b>	<b>1,09</b>	<b>35,16</b>	

Запроизводством:

*Ly*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*JK*

(Кузьмина О.В.)