

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



**МЕНЮ на 21.03.2022г. 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	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	6,27	6,09	6,23	0,00	19,06	153,16	224,7	34,45	178,1	0,67	25,2	46,27	0,01	0,06	1,09	
Хлеб пшеничный с сыром №4, сб.2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
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>22,53</b>	<b>14,19</b>	<b>20,18</b>	<b>0,72</b>	<b>97,15</b>	<b>652,63</b>	<b>572,9</b>	<b>89,27</b>	<b>465,9</b>	<b>5,07</b>	<b>119</b>	<b>129,44</b>	<b>1,04</b>	<b>0,24</b>	<b>5,76</b>	
Обед																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,81	0,00	3,80	0,05	4,01	51,94	32,56	14,81	24,73	0,57	0	132,66	0,47	0,02	8,4	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37	
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	
Капуста тушенная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
Хлеб пшенично- ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,96	33,36	152,30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>36,30</b>	<b>25,25</b>	<b>37,07</b>	<b>1,01</b>	<b>114,12</b>	<b>901,30</b>	<b>165,6</b>	<b>88,43</b>	<b>344,2</b>	<b>4,54</b>	<b>77,78</b>	<b>521,66</b>	<b>4,47</b>	<b>0,21</b>	<b>53,18</b>	
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	
Плошка новомосковская №286, сб. 2021	50	3,90	0,34	2,92	0,00	26,63	147,65	11,85	5,55	31,78	0,42	13,44	24,62	0,57	0,04	0,02	
апельсин сб.2021г.	250	1,86	0,00	0,41	0,41	21,24	91,74	70,13	26,81	47,44	0,62	0	16,5	0,41	0,08	123,8	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>11,50</b>	<b>6,45</b>	<b>9,27</b>	<b>0,41</b>	<b>56,89</b>	<b>350,64</b>	<b>304,5</b>	<b>58,02</b>	<b>244,2</b>	<b>1,22</b>	<b>38,73</b>	<b>87,47</b>	<b>0,98</b>	<b>0,19</b>	<b>124,9</b>	
Ужин																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Рыба запеченная в молочном соусе №92 сб.2021	120	14,45	14,20	10,74	0,00	3,59	168,87	95,07	8,17	78,6	0,38	53,19	69,86	2,19	0,02	0,18	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0	
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	80	5,29	0,00	0,47	0,47	41,44	191,45	10,4	7,5	34,84	0,68	0	0	0,88	0,07	0	
<b>Итого за 'Ужин '</b>		<b>31,23</b>	<b>15,67</b>	<b>18,82</b>	<b>0,65</b>	<b>99,40</b>	<b>678,83</b>	<b>184,4</b>	<b>178,6</b>	<b>379,6</b>	<b>6,65</b>	<b>87,7</b>	<b>222,48</b>	<b>4,32</b>	<b>0,42</b>	<b>20,44</b>	
перед сном																	
йогурт №297 сб. 2021	150	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'перед сном '</b>		<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>0,00</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,3</b>	<b>22,05</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>107,59</b>	<b>67,59</b>	<b>87,54</b>	<b>2,79</b>	<b>376,23</b>	<b>2665,17</b>	<b>1410</b>	<b>436,4</b>	<b>1573</b>	<b>17,6</b>	<b>338</b>	<b>976,05</b>	<b>10,81</b>	<b>1,11</b>	<b>205,1</b>	

Зав.производством:

*[Handwritten signature]*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*[Handwritten signature]*

(Кузьмина О.В.)

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



**МЕНЮ на 21.03.2022г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	6,27	6,09	6,23	0,00	19,06	153,16	224,7	34,45	178,1	0,67	25,2	46,27	0,01	0,06	1,09	
Хлеб пшеничный с сыром №4, сб.2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
Ватрушка французская, № 279 сб. 2021	80	8,03	5,45	11,31	0,00	36,24	276,18	45,82	9,72	82,84	0,6	58,29	106,29	0,63	0,05	0,05	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>29,55</b>	<b>19,65</b>	<b>31,29</b>	<b>0,52</b>	<b>112,79</b>	<b>842,33</b>	<b>604,8</b>	<b>90,99</b>	<b>534,7</b>	<b>2,87</b>	<b>177,3</b>	<b>235,73</b>	<b>1,47</b>	<b>0,27</b>	<b>1,81</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,81	0,00	3,80	0,05	4,01	51,94	32,56	14,81	24,73	0,57	0	132,66	0,47	0,02	8,4	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37	
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	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
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	40	2,64	0,00	0,23	0,23	20,72	95,73	5,2	3,75	17,42	0,34	0	0	0,44	0,03	0	
Хлеб пшенично- ржаной	60	3,96	0,00	0,72	0,72	25,02	114,23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
апельсин сб.2021г.	250	1,86	0,00	0,41	0,41	21,24	91,74	70,13	26,81	47,44	0,62	0	16,5	0,41	0,08	123,8	
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>39,73</b>	<b>25,16</b>	<b>37,64</b>	<b>1,61</b>	<b>126,79</b>	<b>978,86</b>	<b>254,4</b>	<b>127</b>	<b>423</b>	<b>8,24</b>	<b>77,78</b>	<b>538,16</b>	<b>5,52</b>	<b>0,35</b>	<b>180,9</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>69,29</b>	<b>44,81</b>	<b>68,92</b>	<b>2,14</b>	<b>239,58</b>	<b>1821,20</b>	<b>859,1</b>	<b>218</b>	<b>957,7</b>	<b>11,1</b>	<b>255,1</b>	<b>773,89</b>	<b>6,99</b>	<b>0,62</b>	<b>182,8</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 21.03.2022г. 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	6,27	6,09	6,23	0,00	19,06	153,16	224,7	34,45	178,1	0,67	25,2	46,27	0,01	0,06	1,09	
Хлеб пшеничный с сыром №4, сб.2021г.	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
Ватрушка французская, № 279 сб. 2021	100	8,03	5,45	11,31	0,00	36,24	276,18	45,82	9,72	82,84	0,6	58,29	106,29	0,63	0,05	0,05	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>29,55</b>	<b>19,65</b>	<b>31,29</b>	<b>0,52</b>	<b>112,79</b>	<b>842,33</b>	<b>604,8</b>	<b>90,99</b>	<b>534,7</b>	<b>2,87</b>	<b>177,3</b>	<b>235,73</b>	<b>1,47</b>	<b>0,27</b>	<b>1,81</b>	
<b>Обед</b>																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,81	0,00	3,80	0,05	4,01	51,94	32,56	14,81	24,73	0,57	0	132,66	0,47	0,02	8,4	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37	
Куры отварные №132, сб.2021	110	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	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
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	60	2,64	0,00	0,23	0,23	20,72	95,73	5,2	3,75	17,42	0,34	0	0	0,44	0,03	0	
Хлеб пшенично- ржаной	70	3,96	0,00	0,72	0,72	25,02	114,23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
апельсин сб.2021г.	250	1,86	0,00	0,41	0,41	21,24	91,74	70,13	26,81	47,44	0,62	0	16,5	0,41	0,08	123,8	
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>39,73</b>	<b>25,16</b>	<b>37,64</b>	<b>1,61</b>	<b>126,79</b>	<b>978,86</b>	<b>254,4</b>	<b>127</b>	<b>423</b>	<b>8,24</b>	<b>77,78</b>	<b>538,16</b>	<b>5,52</b>	<b>0,35</b>	<b>180,9</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>69,29</b>	<b>44,81</b>	<b>68,92</b>	<b>2,14</b>	<b>239,58</b>	<b>1821,20</b>	<b>859,1</b>	<b>218</b>	<b>957,7</b>	<b>11,1</b>	<b>255,1</b>	<b>773,89</b>	<b>6,99</b>	<b>0,62</b>	<b>182,8</b>	

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

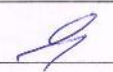
Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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

**МЕНЮ на 21.03.2022г. интернат с 12 лет и старше**

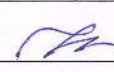
Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	200	5,97	2,95	8,01	0,00	30,52	215,96	126,2	18,79	110,7	0,42	52,68	35,57	0,05	0,07	0,53	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	6,27	6,09	6,23	0,00	19,06	153,16	224,7	34,45	178,1	0,67	25,2	46,27	0,01	0,06	1,09	
Хлеб пшеничный с сыром №4, сб.2021г.	100/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
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>22,53</b>	<b>14,19</b>	<b>20,18</b>	<b>0,72</b>	<b>97,15</b>	<b>652,63</b>	<b>572,9</b>	<b>89,27</b>	<b>465,9</b>	<b>5,07</b>	<b>119</b>	<b>129,44</b>	<b>1,04</b>	<b>0,24</b>	<b>5,76</b>	
Обед																	
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,81	0,00	3,80	0,05	4,01	51,94	32,56	14,81	24,73	0,57	0	132,66	0,47	0,02	8,4	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	1,97	0,27	4,36	0,00	14,06	102,11	20,81	18,74	55,79	0,7	20,33	199,3	0,23	0,06	5,37	
Куры отварные №132, сб.2021	110	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	
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.92	250	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0	
Хлеб пшенично- ржаной	120	5,28	0,00	0,96	0,96	33,36	152,30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>36,30</b>	<b>25,25</b>	<b>37,07</b>	<b>1,01</b>	<b>114,12</b>	<b>901,30</b>	<b>165,6</b>	<b>88,43</b>	<b>344,2</b>	<b>4,54</b>	<b>77,78</b>	<b>521,66</b>	<b>4,47</b>	<b>0,21</b>	<b>53,18</b>	
Полдник																	
Молоко кипячсное №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	
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	60	3,90	0,34	2,92	0,00	26,63	147,65	11,85	5,55	31,78	0,42	13,44	24,62	0,57	0,04	0,02	
апельсин сб.2021г.	250	1,86	0,00	0,41	0,41	21,24	91,74	70,13	26,81	47,44	0,62	0	16,5	0,41	0,08	123,8	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>11,50</b>	<b>6,45</b>	<b>9,27</b>	<b>0,41</b>	<b>56,89</b>	<b>350,64</b>	<b>304,5</b>	<b>58,02</b>	<b>244,2</b>	<b>1,22</b>	<b>38,73</b>	<b>87,47</b>	<b>0,98</b>	<b>0,19</b>	<b>124,9</b>	
Ужин																	
помидоры свежие порц.ТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20	
Рыба запеченная в молочном соусе №92 сб.2021	150	14,45	14,20	10,74	0,00	3,59	168,87	95,07	8,17	78,6	0,38	53,19	69,86	2,19	0,02	0,18	
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0	
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	100	5,29	0,00	0,47	0,47	41,44	191,45	10,4	7,5	34,84	0,68	0	0	0,88	0,07	0	
<b>Итого за 'Ужин '</b>		<b>31,23</b>	<b>15,67</b>	<b>18,82</b>	<b>0,65</b>	<b>99,40</b>	<b>678,83</b>	<b>184,4</b>	<b>178,6</b>	<b>379,6</b>	<b>6,65</b>	<b>87,7</b>	<b>222,48</b>	<b>4,32</b>	<b>0,42</b>	<b>20,44</b>	
перед сном																	
йогурт №297 сб. 2021	180	6,03	6,03	2,21	0,00	8,67	81,76	182,3	22,05	139,7	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88	
<b>Итого за 'перед сном '</b>		<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>0,00</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,3</b>	<b>22,05</b>	<b>139,7</b>	<b>0,15</b>	<b>14,7</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>107,59</b>	<b>67,59</b>	<b>87,54</b>	<b>2,79</b>	<b>376,23</b>	<b>2665,17</b>	<b>1410</b>	<b>436,4</b>	<b>1573</b>	<b>17,6</b>	<b>338</b>	<b>976,05</b>	<b>10,81</b>	<b>1,11</b>	<b>205,1</b>	

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)