

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

**МЕНЮ на 24.12.2021г. 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	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>Завтрак</b>																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,89</b>	<b>15,62</b>	<b>38,80</b>	<b>0,79</b>	<b>80,00</b>	<b>744,69</b>	<b>233,9</b>	<b>84,62</b>	<b>389,7</b>	<b>4,46</b>	<b>258,7</b>	<b>1414,01</b>	<b>4,76</b>	<b>0,27</b>	<b>4,74</b>
<b>Обед</b>																
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,15	0,00	2,06	0,00	8,09	52,79	22,42	15,6	34,38	0,67	0	161,44	0,11	0,04	10,62
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	200	14,58	11,96	13,86	0,00	26,88	288,53	23,1	45,6	173,5	1,93	20,05	101,82	2,05	0,09	1,03
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13
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>19,48</b>	<b>12,21</b>	<b>18,21</b>	<b>0,18</b>	<b>85,49</b>	<b>565,45</b>	<b>91,67</b>	<b>98,95</b>	<b>289,2</b>	<b>4,26</b>	<b>36,85</b>	<b>559,42</b>	<b>3,64</b>	<b>0,22</b>	<b>15,47</b>
<b>Полдник</b>																
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
вафли сб.2021	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	177	0,71	0,00	0,71	0,71	20,53	86,16	28,32	15,93	19,47	3,89	0	8,85	0,35	0,05	17,7
<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>3,27</b>	<b>1,45</b>	<b>3,59</b>	<b>0,73</b>	<b>54,89</b>	<b>252,13</b>	<b>87,52</b>	<b>26,02</b>	<b>73,02</b>	<b>4,54</b>	<b>9,8</b>	<b>26,55</b>	<b>0,68</b>	<b>0,08</b>	<b>17,96</b>
<b>Ужин</b>																
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	80	1,49	0,00	6,41	0,00	7,52	89,93	32,14	11,76	29,01	0,55	0	122,4	2,48	0,01	1,96
Картофель, тушеный с луком, сб. 2021	180	3,59	0,28	11,27	0,53	27,49	222,45	28,77	32,56	92,36	1,37	3,65	27,45	3,42	0,13	11,37
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>7,73</b>	<b>0,28</b>	<b>18,02</b>	<b>0,88</b>	<b>51,93</b>	<b>393,18</b>	<b>68,43</b>	<b>55,1</b>	<b>149,8</b>	<b>2,57</b>	<b>3,65</b>	<b>149,85</b>	<b>6,33</b>	<b>0,2</b>	<b>13,33</b>
<b>Итого за день</b>		<b>53,37</b>	<b>29,57</b>	<b>78,62</b>	<b>2,57</b>	<b>272,30</b>	<b>1955,44</b>	<b>481,5</b>	<b>264,7</b>	<b>901,7</b>	<b>15,8</b>	<b>308,9</b>	<b>2149,84</b>	<b>15,41</b>	<b>0,76</b>	<b>51,5</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_

(Кузьмина О.В.)



Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 24.12.2021г. 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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>Завтрак</b>																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>24,73</b>	<b>18,15</b>	<b>44,31</b>	<b>0,59</b>	<b>62,81</b>	<b>736,02</b>	<b>257</b>	<b>94,59</b>	<b>440,6</b>	<b>5,02</b>	<b>296,4</b>	<b>1743,34</b>	<b>5,72</b>	<b>0,3</b>	<b>5,68</b>
<b>Обед</b>																
Икра кабачковая №49, сб.2021	100	1,44	0,00	2,57	0,00	10,11	65,99	28,03	19,49	42,97	0,84	0	201,8	0,14	0,05	13,28
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	220	16,04	13,15	15,24	0,00	29,56	317,38	25,41	50,16	190,9	2,12	22,05	112,01	2,25	0,1	1,14
Компот из кураги №310, сб.2021	250	1,25	0,00	0,07	0,07	40,71	154,37	38,36	23,69	31,57	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,16
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	177	0,71	0,00	0,71	0,71	20,53	86,16	28,32	15,93	19,47	3,89	0	8,85	0,35	0,05	17,7
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>25,72</b>	<b>13,48</b>	<b>21,74</b>	<b>1,27</b>	<b>142,06</b>	<b>838,82</b>	<b>147,2</b>	<b>144</b>	<b>383,2</b>	<b>9,57</b>	<b>43,05</b>	<b>692,82</b>	<b>5,07</b>	<b>0,37</b>	<b>36,88</b>
<b>Итого за день</b>		<b>50,45</b>	<b>31,63</b>	<b>66,06</b>	<b>1,86</b>	<b>204,86</b>	<b>1574,85</b>	<b>404,2</b>	<b>238,6</b>	<b>823,8</b>	<b>14,6</b>	<b>339,5</b>	<b>2436,16</b>	<b>10,79</b>	<b>0,67</b>	<b>42,55</b>

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)



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

**МЕНЮ на 24.12.2021г. 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	150	12,98	12,67	19,68	0,00	5,01	246,34	90,75	21,5	206,7	2,21	188,8	46,64	0,07	0,11	2,46	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>22,13</b>	<b>15,62</b>	<b>40,38</b>	<b>0,59</b>	<b>61,80</b>	<b>686,75</b>	<b>238,9</b>	<b>90,29</b>	<b>399,3</b>	<b>4,58</b>	<b>258,7</b>	<b>1734,01</b>	<b>5,71</b>	<b>0,28</b>	<b>5,18</b>	
Обед																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,15	0,00	2,06	0,00	8,09	52,79	22,42	15,6	34,38	0,67	0	161,44	0,11	0,04	10,62	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68	
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	200	14,58	11,96	13,86	0,00	26,88	288,53	23,1	45,6	173,5	1,93	20,05	101,82	2,05	0,09	1,03	
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	177	0,71	0,00	0,71	0,71	20,53	86,16	28,32	15,93	19,47	3,89	0	8,85	0,35	0,05	17,7	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>21,99</b>	<b>12,21</b>	<b>19,14</b>	<b>1,10</b>	<b>117,87</b>	<b>708,19</b>	<b>124,6</b>	<b>121,7</b>	<b>325,2</b>	<b>8,52</b>	<b>36,85</b>	<b>568,23</b>	<b>4,29</b>	<b>0,31</b>	<b>33,17</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>44,12</b>	<b>27,83</b>	<b>59,51</b>	<b>1,69</b>	<b>179,68</b>	<b>1394,94</b>	<b>363,5</b>	<b>212</b>	<b>724,4</b>	<b>13,1</b>	<b>295,5</b>	<b>2302,25</b>	<b>10</b>	<b>0,59</b>	<b>38,35</b>	

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

Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)



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

**МЕНЮ на 24.12.2021г. 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	PЭ,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2021	200	17,31	16,89	26,24	0,00	6,68	328,46	121	28,66	275,6	2,95	251,8	62,19	0,1	0,15	3,29	
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2	
Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	83,48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>27,46</b>	<b>19,84</b>	<b>47,14</b>	<b>0,79</b>	<b>84,07</b>	<b>852,35</b>	<b>269,1</b>	<b>97,45</b>	<b>468,2</b>	<b>5,32</b>	<b>321,6</b>	<b>1749,56</b>	<b>5,73</b>	<b>0,31</b>	<b>6,01</b>	
<b>Обед</b>																	
Икра кабачковая №49, сб.2021	100	1,44	0,00	2,57	0,00	10,11	65,99	28,03	19,49	42,97	0,84	0	201,8	0,14	0,05	13,28	
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6	
Запеканка или рулет картофельный с мясом №122, сб.2021	200	14,58	11,96	13,86	0,00	26,88	288,53	23,1	45,6	173,5	1,93	20,05	101,82	2,05	0,09	1,03	
Компот из кураги №310, сб.2021	250	1,25	0,00	0,07	0,07	40,71	154,37	38,36	23,69	31,57	0,83	0	145,75	1,38	0,02	0,16	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	100	0,81	0,00	0,15	0,15	5,11	23,69	4,29	5,76	19,36	0,48	0	0,13	0,18	0,02	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>20,70</b>	<b>12,28</b>	<b>19,30</b>	<b>0,22</b>	<b>100,14</b>	<b>634,68</b>	<b>108,8</b>	<b>112,3</b>	<b>318,1</b>	<b>4,84</b>	<b>41,05</b>	<b>673,82</b>	<b>4,04</b>	<b>0,25</b>	<b>19,07</b>	
<b>Полдник</b>																	
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	
вафли сб.2021	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	177	0,71	0,00	0,71	0,71	20,53	86,16	28,32	15,93	19,47	3,89	0	8,85	0,35	0,05	17,7	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>3,27</b>	<b>1,45</b>	<b>3,59</b>	<b>0,73</b>	<b>54,89</b>	<b>252,13</b>	<b>87,52</b>	<b>26,02</b>	<b>73,02</b>	<b>4,54</b>	<b>9,8</b>	<b>26,55</b>	<b>0,68</b>	<b>0,08</b>	<b>17,96</b>	
<b>Ужин</b>																	
Салат из белокочанной капусты №6, сб.2021	100	1,49	0,00	6,41	0,00	7,52	89,93	32,14	11,76	29,01	0,55	0	122,4	2,48	0,01	1,96	
Картофель, тушеный с луком, сб. 2021	220	4,39	0,34	13,77	0,65	33,60	271,89	35,17	39,8	112,9	1,67	4,46	33,55	4,18	0,16	13,89	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>9,56</b>	<b>0,34</b>	<b>20,66</b>	<b>1,13</b>	<b>64,78</b>	<b>474,69</b>	<b>77,83</b>	<b>66,65</b>	<b>181,7</b>	<b>3,14</b>	<b>4,46</b>	<b>155,95</b>	<b>7,26</b>	<b>0,25</b>	<b>15,85</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>60,99</b>	<b>33,92</b>	<b>90,68</b>	<b>2,86</b>	<b>303,88</b>	<b>2213,84</b>	<b>543,3</b>	<b>302,4</b>	<b>1041</b>	<b>17,8</b>	<b>376,9</b>	<b>2605,89</b>	<b>17,72</b>	<b>0,89</b>	<b>58,89</b>	

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)