

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



**МЕНЮ на 20.05.2024 г. 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.	220	8,26	3,10	11,16	2,56	37,55	277,76	153	61,52	230,4	1,75	67,44	74,42	0,9	0,21	0,56	
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	
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>16,25</b>	<b>6,14</b>	<b>14,70</b>	<b>3,28</b>	<b>100,03</b>	<b>586,32</b>	<b>284,9</b>	<b>98,95</b>	<b>368,1</b>	<b>5,71</b>	<b>79,44</b>	<b>96,42</b>	<b>1,79</b>	<b>0,35</b>	<b>5,08</b>	
<b>Обед</b>																	
Свекла отварная № 146, сб. 2021	60	0,93	0,00	0,06	0,06	6,80	27,56	22,95	13,65	26,67	0,87	0	1,27	0,06	0,01	2,22	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г	200/25	8,89	7,50	10,58	0,16	8,53	162,42	35,99	24,24	107,9	1,63	30,88	195,62	0,34	0,06	9,61	
Котлеты из филе минтая с соусом №83 сб.2021	90/40	9,56	7,99	9,36	0,15	16,34	187,38	44,45	30,32	123,5	0,79	11,92	77,31	3,84	0,06	1,16	
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0	
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32	
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>26,70</b>	<b>15,52</b>	<b>23,71</b>	<b>0,54</b>	<b>116,38</b>	<b>761,88</b>	<b>147,4</b>	<b>99,88</b>	<b>340</b>	<b>5,07</b>	<b>57,15</b>	<b>417,36</b>	<b>6,28</b>	<b>0,23</b>	<b>13,3</b>	
<b>Полдник</b>																	
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>14,19</b>	<b>6,78</b>	<b>12,42</b>	<b>0,64</b>	<b>80,83</b>	<b>484,45</b>	<b>271,8</b>	<b>51,16</b>	<b>246,1</b>	<b>4,55</b>	<b>52,17</b>	<b>103,59</b>	<b>1,46</b>	<b>0,2</b>	<b>17,13</b>	
<b>Ужин</b>																	
Суфле из говядины с рисом №117, сб.2021	100/10	20,11	19,62	27,03	0,00	5,37	345,22	16,08	22,58	176,3	2,71	117,4	129,49	0,69	0,05	0	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,51	25,01	192,26	23,32	34,99	87,82	1,35	42,48	393,05	0,39	0,13	12,12	
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	
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	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>26,73</b>	<b>21,13</b>	<b>38,07</b>	<b>0,79</b>	<b>46,06</b>	<b>629,82</b>	<b>98,22</b>	<b>72,29</b>	<b>326</b>	<b>4,63</b>	<b>168,9</b>	<b>539,04</b>	<b>1,48</b>	<b>0,23</b>	<b>12,38</b>	
<b>второй ужин</b>																	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	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	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>1,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,13</b>	<b>0,13</b>	<b>26,72</b>	<b>108,00</b>	<b>3,48</b>	<b>4,31</b>	<b>11,37</b>	<b>0,32</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,17</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>84,90</b>	<b>49,57</b>	<b>89,03</b>	<b>5,38</b>	<b>370,04</b>	<b>2570,47</b>	<b>805,8</b>	<b>326,6</b>	<b>1292</b>	<b>20,3</b>	<b>357,7</b>	<b>1156,41</b>	<b>11,19</b>	<b>1,03</b>	<b>47,89</b>	

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


Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьмина О.В.)

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


**МЕНЮ на 20.05.2024 г. 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,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Каша овсяная молочная жидкая №191, сб.шк.2014г.	250	9,38	3,52	12,69	2,91	42,67	315,64	173,9	69,91	261,8	1,99	76,64	84,57	1,02	0,24	0,64		
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		
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>18,40</b>	<b>6,56</b>	<b>16,36</b>	<b>3,76</b>	<b>111,90</b>	<b>656,27</b>	<b>308,8</b>	<b>111,7</b>	<b>410,9</b>	<b>6,21</b>	<b>88,64</b>	<b>106,57</b>	<b>2,08</b>	<b>0,4</b>	<b>5,16</b>		
<b>Обед</b>																		
Свекла отварная № 146, сб. 2021	100	1,55	0,00	0,09	0,09	11,33	45,93	38,25	22,75	44,46	1,45	0	2,11	0,11	0,02	3,69		
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г	250/25	9,29	7,56	11,66	0,20	10,66	181,62	44,12	28,22	117,3	1,77	38,6	244,52	0,38	0,08	12,01		
Котлеты из филе минтая с соусом №83 сб.2021	120/50	11,75	9,60	12,21	0,19	21,37	241,70	56,47	37,42	151,7	1,01	15,4	100,56	5	0,08	1,51		
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0		
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32		
Хлеб пшеничный "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		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>31,30</b>	<b>17,18</b>	<b>28,43</b>	<b>0,72</b>	<b>136,95</b>	<b>901,06</b>	<b>186,4</b>	<b>123,8</b>	<b>411,1</b>	<b>6,34</b>	<b>71,22</b>	<b>495,71</b>	<b>7,76</b>	<b>0,29</b>	<b>17,53</b>		
<b>Полдник</b>																		
Плюшка новомосковская №286, сб. 2021	100	7,81	0,67	5,85	0,00	53,26	295,31	23,69	11,1	63,55	0,84	26,89	49,24	1,14	0,09	0,04		
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		
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>14,19</b>	<b>6,78</b>	<b>12,42</b>	<b>0,64</b>	<b>80,83</b>	<b>484,45</b>	<b>271,8</b>	<b>51,16</b>	<b>246,1</b>	<b>4,55</b>	<b>52,17</b>	<b>103,59</b>	<b>1,46</b>	<b>0,2</b>	<b>17,13</b>		
<b>Ужин</b>																		
Суфле из говядины с рисом №117, сб.2021	120	21,94	21,40	29,49	0,00	5,86	376,61	17,55	24,64	192,3	2,96	128,1	141,26	0,76	0,05	0		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,68	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16		
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 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		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>31,66</b>	<b>22,93</b>	<b>43,86</b>	<b>1,22</b>	<b>68,37</b>	<b>789,45</b>	<b>113,5</b>	<b>94,63</b>	<b>394</b>	<b>5,85</b>	<b>193,8</b>	<b>681,82</b>	<b>2,02</b>	<b>0,32</b>	<b>16,42</b>		
<b>второй ужин</b>																		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	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		
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>1,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,13</b>	<b>0,13</b>	<b>26,72</b>	<b>108,00</b>	<b>3,48</b>	<b>4,31</b>	<b>11,37</b>	<b>0,32</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,17</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>96,58</b>	<b>53,46</b>	<b>101,20</b>	<b>6,47</b>	<b>424,77</b>	<b>2939,23</b>	<b>883,9</b>	<b>385,5</b>	<b>1474</b>	<b>23,3</b>	<b>405,8</b>	<b>1387,69</b>	<b>13,5</b>	<b>1,23</b>	<b>56,24</b>		

Завпроизводством:

 (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

 (Кузьмина О.В.)



