

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

МЕНЮ на 03.02.2025 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
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
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2021г.	90/10	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
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 "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
Итого за 'Завтрак '		15,56	6,04	19,83	0,92	103,20	645,89	263,8	62,68	267,4	4,79	122,5	122,87	1,31	0,23	5,05
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб. 2021	60	1,00	0,00	4,79	0,00	6,55	69,42	24,25	13,99	27,51	0,89	0	1,41	2,26	0,01	1,41
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб. 2021 г.	200	1,85	0,26	4,62	0,17	9,48	84,45	40,16	16,59	41,46	0,62	33,15	191,78	0,19	0,05	9,4
Плов из говядины №120, сб. 2021	200	14,81	10,91	16,04	0,00	42,34	372,01	17,42	45,28	197,2	2,28	40,12	452,24	0,65	0,05	0,22
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб. 2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб. 2021г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		22,19	11,17	26,00	0,72	102,70	724,35	306,3	94,51	283,2	4,19	175,3	648,71	3,36	0,44	22,23
Полдник																
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Вафли сб. 2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0
Апельсин сб. 2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Полдник '		7,18	5,68	7,41	0,15	39,47	250,01	264,8	39,91	213,8	0,86	39,8	50,73	0,36	0,1	45,1
Ужин																
Салат "Мишат" №35, сб. 2021	60	1,00	0,63	5,01	0,00	4,79	66,45	12,66	10,79	22,95	0,75	7,5	514,25	2,38	0,02	1,5
Картофель тушеный №146, сб. 2021	200	4,16	0,08	12,29	0,00	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб. 2021г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		8,38	0,71	17,70	0,35	66,06	451,45	46,48	58,18	141,4	2,61	64,14	1038,45	2,92	0,19	18,78
второй ужин																
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
Итого за 'второй ужин'		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
Итого за день		59,05	29,72	76,88	2,14	320,44	2182,95	1104	281	1071	12,6	427	1907,12	7,95	1,03	92,25

Зав.производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 03.02.2025 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.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	240	7,17	3,54	9,61	0,00	36,63	259,15	151,4	22,54	132,8	0,5	63,22	42,69	0,07	0,08	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 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
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 "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
Итого за 'Завтрак'		16,75	6,63	21,43	0,92	109,30	689,09	289	66,44	289,5	4,87	133	129,99	1,32	0,25	5,16
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб. 2021	100	1,67	0,00	7,99	0,00	10,92	115,71	40,42	23,32	45,85	1,49	0	2,35	3,77	0,02	2,35
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб. 2021 г.	250	2,31	0,33	5,77	0,21	11,85	105,56	50,2	20,74	51,83	0,78	41,44	239,73	0,24	0,06	11,75
Плов из говядины №120, сб. 2021	230	17,03	12,55	18,45	0,00	48,69	427,81	20,03	52,08	226,8	2,63	46,14	520,08	0,75	0,06	0,25
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб. 2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		24,08	12,88	32,62	0,63	107,21	803,66	340,7	122,6	364,5	5,83	189,6	765,51	5,3	0,5	25,55
Полдник																
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Вафли сб. 2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0
Апельсин сб. 2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Полдник'		7,18	5,68	7,41	0,15	39,47	250,01	264,8	39,91	213,8	0,86	39,8	50,73	0,36	0,1	45,1
Ужин																
Салат "Мишат" №35, сб. 2021	100	1,66	1,06	8,35	0,00	7,98	110,75	21,1	17,98	38,25	1,24	12,5	857,08	3,97	0,03	2,5
Картофель тушеный №146, сб. 2021	250	5,20	0,10	15,36	0,00	41,69	320,43	38,87	58,32	146,4	2,26	70,8	655,08	0,65	0,22	20,2
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Ужин'		7,59	1,16	23,85	0,09	62,27	483,87	65,27	80,49	197,6	3,85	83,3	1512,38	4,74	0,26	23,82
второй ужин																
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
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
Итого за 'второй ужин'		7,29	6,11	6,13	0,20	19,13	159,37	227	32,13	182	0,58	25,28	46,35	0,26	0,09	1,1
Итого за день		62,89	32,46	91,44	1,98	337,38	2386,00	1187	341,5	1247	16	471	2504,96	11,97	1,2	100,7

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 03.02.2025 г. 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	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4
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 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
Кефир №297 сб. 2021	100	2,84	2,84	3,14	0,00	3,92	57,13	117,6	13,72	93,1	0,1	19,6	22	0	0,03	0,69
Итого за 'Завтрак'		14,88	8,14	20,63	0,59	72,15	530,48	332,8	59,39	307,4	1,72	128,9	135,98	0,92	0,21	1,61
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	70	1,17	0,00	5,59	0,00	7,64	81,00	28,29	16,33	32,1	1,04	0	1,64	2,64	0,01	1,64
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	200	1,85	0,26	4,62	0,17	9,48	84,45	40,16	16,59	41,46	0,62	33,15	191,78	0,19	0,05	9,4
Плов из говядины №120, сб.2021	200	14,81	10,91	16,04	0,00	42,34	372,01	17,42	45,28	197,2	2,28	40,12	452,24	0,65	0,05	0,22
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
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 №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Апельсин сб.2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Обед'		20,87	11,17	26,72	0,64	98,33	703,67	338,4	110,8	318	4,88	175,3	654,83	4,04	0,49	66,19
Итого за день		35,75	19,32	47,35	1,22	170,47	1234,15	671,2	170,2	625,4	6,6	304,2	790,81	4,97	0,7	67,79

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 03.02.2025 г. 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
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 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	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
Итого за 'Завтрак'		17,19	10,01	23,40	0,59	78,68	591,44	410,5	69,07	370,6	1,83	146,6	152,31	0,93	0,23	2,03
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	100	1,67	0,00	7,99	0,00	10,92	115,71	40,42	23,32	45,85	1,49	0	2,35	3,77	0,02	2,35
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250	2,31	0,33	5,77	0,21	11,85	105,56	50,2	20,74	51,83	0,78	41,44	239,73	0,24	0,06	11,75
Плов из говядины №120, сб.2021	230	17,03	12,55	18,45	0,00	48,69	427,81	20,03	52,08	226,8	2,63	46,14	520,08	0,75	0,06	0,25
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Апельсин сб.2021г.	265	0,66	0,00	0,15	0,15	7,51	32,41	24,78	9,47	16,76	0,22	0	5,83	0,15	0,03	43,73
Итого за 'Обед'		24,73	12,88	32,77	0,77	114,72	836,07	365,5	132	381,3	6,05	189,6	771,34	5,44	0,53	69,27
Итого за день		41,93	22,89	56,17	1,36	193,40	1427,51	776	201,1	751,9	7,88	336,2	923,65	6,37	0,76	71,3

Завпроизводством:

Хурматуллина Р.М. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Кузьмина О.В. (Кузьмина О.В.)