

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

МЕНЮ на 04.03.2025 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 рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	150	3,78	2,23	6,05	0,00	23,67	163,27	93,92	21,14	97,52	0,32	39,8	44,84	0,13	0,04	0,4
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	4,65	19,42	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6
Итого за 'Завтрак'		17,08	10,28	14,98	0,58	69,64	474,80	425,2	90,89	382,5	2,46	92,96	1323,51	1,16	0,19	1,67
Второй завтрак																
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 'Второй завтрак'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	0,28
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 кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
Итого за 'Обед '		24,95	13,49	22,64	0,52	106,82	710,30	118,1	94,35	319,8	5,82	45,23	364,37	4,66	0,22	14,81
Полдник																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	150	18,84	18,41	11,39	0,14	36,63	321,77	142,5	21,97	187,7	0,75	53,24	101,69	0,5	0,04	0,13
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
Итого за 'Полдник'		18,84	18,41	11,39	0,14	52,46	381,94	362,5	34,15	187,7	0,75	155,2	104,97	0,5	0,34	11,33
Ужин																
Огурцы консервированные с лимонной кислотой сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,57	13,8	8,4	14,4	0,36	0	3	0,06	0,01	3
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	180	4,91	0,00	7,95	1,04	42,04	257,21	23,11	52,25	131,9	2,05	0	7,89	3,78	0,23	20,88
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	3,28	0,05	8,67	0,59	20,51	168,02	18,33	23,03	79,28	1,93	57,82	65,8	0,8	0,09	0
Итого за 'Ужин'		8,92	0,05	16,74	1,69	73,59	472,27	57,97	84,41	226,9	4,4	57,82	76,83	4,66	0,33	25
второй ужин																
Кисломолочный продукт №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
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 'второй ужин'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		77,97	47,35	71,86	3,40	343,65	2292,79	1195	345,1	1321	16,9	386,5	1909,29	11,52	1,19	58,05

Зав.производством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 04.03.2025 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 рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48
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 сыром №4, сб.2021г	100/30	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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	6,21	25,89	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81
Итого за 'Завтрак'		18,09	10,73	16,21	0,60	75,93	513,93	448,9	102	412	2,65	100,9	1735,48	1,26	0,2	1,95
Завтрак2																
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 'Завтрак2'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250/10	2,00	0,26	5,36	0,00	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95
Гуляш №96, сб.2021	110	15,18	14,59	15,73	0,00	3,83	217,04	12,4	20,45	157,1	2,3	0	10,73	2,06	0,03	0,3
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 кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Итого за 'Обед '		28,55	14,88	25,95	0,63	121,57	811,66	135,9	107,8	368,3	6,69	55,82	423,28	5,18	0,27	18,43
Полдник																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	170	21,36	20,86	12,91	0,16	41,51	364,67	161,5	24,9	212,8	0,86	60,34	115,25	0,56	0,04	0,15
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
Итого за 'Полдник'		21,36	20,86	12,91	0,16	57,34	424,84	381,5	37,08	212,8	0,86	162,3	118,53	0,56	0,35	11,35
Ужин																
Огурцы консервированные с лимонной кислотой сб. 2021	90	0,72	0,00	0,09	0,09	2,25	12,86	20,7	12,6	21,6	0,54	0	4,5	0,09	0,02	4,5
Картофель по деревенски № 625 сб. Онищенко Г.Г.	230	6,27	0,00	10,16	1,33	53,72	328,66	29,54	66,76	168,5	2,62	0	10,08	4,83	0,29	26,68
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	70/10	4,38	0,07	11,56	0,78	27,35	224,02	24,43	30,71	105,7	2,57	77,09	87,73	1,07	0,12	0
Итого за 'Ужин'		11,61	0,07	21,87	2,21	92,85	604,01	77,4	110,8	297,1	5,8	77,09	102,46	6	0,43	32,3
второй ужин																
Йогурт №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
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 '		6,66	5,12	5,84	0,20	17,17	150,96	216,2	31,16	184,6	0,57	35,28	39,6	0,26	0,08	1,23
Итого за день		88,30	51,65	83,11	4,12	392,20	2623,96	1277	401,1	1500	19,6	431,5	2419,35	13,65	1,37	69,27

Завпроизводством: ЗК1- (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 04.03.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	150	3,78	2,23	6,05	0,00	23,67	163,27	93,92	21,14	97,52	0,32	39,8	44,84	0,13	0,04	0,4
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 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
Йогурт №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'		19,18	13,12	18,06	0,52	68,91	512,52	528,1	83,94	445,7	2,18	112,6	136,51	0,91	0,19	1,75
Обед																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	0,28
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 кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
Итого за 'Обед '		24,79	13,49	22,62	0,50	106,12	707,11	113,5	91,55	311,4	5,7	45,23	362,37	4,64	0,22	12,81
Итого за день		43,97	26,62	40,68	1,03	175,03	1219,63	641,6	175,5	757,1	7,87	157,8	498,88	5,56	0,41	14,56

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

Медсестра К. (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 04.03.2025 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 рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48
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 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
Йогурт №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'		21,35	14,99	20,83	0,52	75,60	573,74	605,7	95,03	511,7	2,29	130,3	156,48	0,94	0,21	2,17
Обед																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2021	250/10	2,00	0,26	5,36	0,00	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95
Гуляш №96, сб.2021	110	15,18	14,59	15,73	0,00	3,83	217,04	12,4	20,45	157,1	2,3	0	10,73	2,06	0,03	0,3
Спагетти 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 кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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.	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
Итого за 'Обед '		28,71	14,88	25,98	0,65	122,59	816,40	136,8	108,9	372,2	6,78	55,82	423,3	5,22	0,27	18,43
Итого за день		50,06	29,86	46,81	1,18	198,19	1390,14	742,5	203,9	883,9	9,07	186,1	579,78	6,16	0,48	20,6

Запроизводством:

Х

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

М

(Кузьмина О.В.)