

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

МЕНЮ на 05.03.2025 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,мг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
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'		15,78	4,31	20,32	0,92	103,26	648,49	223,9	93,74	327	5,92	115,3	133,17	1,97	0,34	4,77
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 года ТК № 8	70	0,48	0,00	4,86	4,86	2,10	52,71	13,8	8,4	25,3	0,36	0	6	2,17	0,02	6
Суп кудрявый с мясом №78,3, сб.2021	225	12,98	11,77	12,65	0,36	16,76	231,11	31,48	31,6	151	2,12	38,66	224,35	0,8	0,11	7,69
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	100	17,81	17,71	0,68	0,00	0,82	80,10	23,15	27,29	157,7	0,51	9,23	92,3	1,13	0,08	0,27
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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 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	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 '		37,55	30,38	24,18	6,09	99,41	748,52	118	110,2	458,6	4,87	73,43	374,4	4,65	0,39	26,42
Полдник																
Ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Зефир сб.2021	60	0,48	0,48	0,06	0,00	48,48	188,30	15	3,6	7,2	0,84	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	135	0,40	0,00	0,30	0,30	13,17	50,98	19,11	12,07	16,09	2,31	0	2,01	0,4	0,02	5,03
Итого за 'Полдник'		7,14	6,74	7,27	0,30	70,29	365,09	293,1	45,88	228,3	3,37	43,16	50,46	0,4	0,08	6,54
Ужин																
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	80	1,04	0,00	4,63	0,00	14,22	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	180	15,33	12,90	13,37	0,56	26,40	285,18	22,94	46,18	181,7	1,95	14,79	36,76	2,1	0,09	0,82
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
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
Итого за 'Ужин'		19,56	15,95	20,87	0,62	57,57	485,55	149,7	71,93	289,9	2,97	26,79	60,12	4,53	0,14	1,87
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2021	180	5,17	5,50	5,34	0,00	8,11	100,13	200,3	23,1	148,5	0,16	22,76	41,72	0	0,05	0,99
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'		6,20	5,50	5,47	0,13	14,85	132,20	203,3	27,41	159,9	0,43	22,76	41,72	0,17	0,08	0,99
Итого за день		86,23	62,88	78,11	8,06	345,38	2379,86	987,9	349,1	1464	17,6	281,5	659,86	11,72	1,03	40,58

Зав.производством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 05.03.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	240	9,01	3,38	11,83	0,00	40,96	299,90	166,9	67,12	251,3	1,91	61,8	68,24	0,86	0,23	0,61
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
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'		17,28	4,88	22,29	0,92	110,08	698,48	251,7	104,9	368,8	6,24	125,6	144,54	2,11	0,38	4,87
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	80	0,64	0,00	6,47	6,47	2,80	70,29	18,4	11,2	33,73	0,48	0	8	2,9	0,02	8
Суп кудрявый с мясом №78.3, сб.2021	275	14,42	12,78	13,96	0,45	20,87	264,68	36,67	37,41	171	2,41	46,08	276,44	0,95	0,13	9,6
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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 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'		43,90	34,94	27,41	7,95	112,15	852,49	136,3	129,7	533,9	5,74	82,69	446,97	5,96	0,46	30,39
Полдник																
Ряженка №297 сб. 2021	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Зефир сб.2021	60	0,48	0,48	0,06	0,00	48,48	188,30	15	3,6	7,2	0,84	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	135	0,40	0,00	0,30	0,30	13,17	50,98	19,11	12,07	16,09	2,31	0	2,01	0,4	0,02	5,03
Итого за 'Полдник'		7,14	6,74	7,27	0,30	70,29	365,09	293,1	45,88	228,3	3,37	43,16	50,46	0,4	0,08	6,54
Ужин																
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	120	1,57	0,00	6,94	0,00	21,33	145,70	28,83	16,89	33,14	1,09	0	1,96	3,53	0,01	0,78
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	220	18,73	15,77	16,34	0,69	32,26	348,56	28,04	56,45	222,1	2,38	18,08	44,93	2,57	0,11	1,14
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 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'		23,65	18,81	26,19	0,77	71,57	602,23	165,3	88,97	345,2	3,86	30,08	68,96	6,21	0,16	2,44
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2021	180	5,17	5,50	5,34	0,00	8,11	100,13	200,3	23,1	148,5	0,16	22,76	41,72	0	0,05	0,99
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'		6,20	5,50	5,47	0,13	14,85	132,20	203,3	27,41	159,9	0,43	22,76	41,72	0,17	0,08	0,99
Итого за день		98,18	70,87	88,63	10,08	378,95	2650,50	1050	396,9	1636	19,6	304,3	752,65	14,85	1,17	45,23

Запроизводством: ЛС (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 05.03.2025 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каца овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	150	5,63	2,11	7,40	0,00	25,60	187,44	104,3	41,95	157,1	1,19	38,63	42,65	0,54	0,15	0,38
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
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
Груша ТК № 5	135	0,40	0,00	0,30	0,30	13,17	50,98	19,11	12,07	16,09	2,31	0	2,01	0,4	0,02	5,03
Итого за 'Завтрак'		12,28	3,61	17,82	0,89	80,55	518,43	191,2	79,51	265,3	4,77	102,5	120,96	1,82	0,28	5,67
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	70	0,56	0,00	5,66	5,66	2,45	61,50	16,1	9,8	29,51	0,42	0	7	2,53	0,02	7
Суп кудрявый с мясом №78,3, сб.2021	225	12,98	11,77	12,65	0,36	16,76	231,11	31,48	31,6	151	2,12	38,66	224,35	0,8	0,11	7,69
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	100	17,81	17,71	0,68	0,00	0,82	80,10	23,15	27,29	157,7	0,51	9,23	92,3	1,13	0,08	0,27
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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.	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'		38,40	30,29	25,22	7,16	82,18	701,52	135,2	121,7	482,5	7,8	73,43	375,4	5,3	0,42	31,42
Итого за день		50,67	33,90	43,04	8,05	162,73	1219,95	326,4	201,2	747,8	12,6	175,9	496,36	7,12	0,7	37,09

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 05.03.2025 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	180	6,75	2,53	8,87	0,00	30,72	224,92	125,2	50,34	188,5	1,43	46,35	51,18	0,64	0,18	0,46
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом №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
Груша ТК № 5	135	0,40	0,00	0,30	0,30	13,17	50,98	19,11	12,07	16,09	2,31	0	2,01	0,4	0,02	5,03
Итого за 'Завтрак'		13,40	4,03	19,30	0,89	85,67	555,92	212,1	87,9	296,7	5,01	110,2	129,49	1,93	0,3	5,75
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	80	0,64	0,00	6,47	6,47	2,80	70,29	18,4	11,2	33,73	0,48	0	8	2,9	0,02	8
Суп кудрявый с мясом №78.3, сб.2021	275	14,42	12,78	13,96	0,45	20,87	264,68	36,67	37,41	171	2,41	46,08	276,44	0,95	0,13	9,6
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	120	21,37	21,25	0,81	0,00	0,98	96,12	27,78	32,74	189,2	0,61	11,07	110,76	1,36	0,1	0,33
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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.	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'		44,24	34,85	27,59	8,17	91,71	783,03	150,1	138,3	549,8	8,53	82,69	446,98	6,18	0,48	34,39
Итого за день		57,64	38,88	46,89	9,06	177,38	1338,96	362,1	226,2	846,6	13,5	192,9	576,47	8,1	0,79	40,14

Завпроизводством:

 (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

 (Кузьмина О.В.)