

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

МЕНЮ на 05.05.2025 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 пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	7,97	3,67	10,00	0,00	35,20	260,54	158,3	45,68	181,2	1,14	71,12	79,62	0,3	0,16	0,27
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
Итого за 'Завтрак'		16,52	6,76	21,69	0,79	101,13	658,39	292,9	85,26	326,5	5,24	140,9	166,92	1,38	0,3	4,79
Обед																
Салат с сыром №45, сб. 2021	60	5,38	4,21	6,45	0,00	4,58	95,51	151,4	21,4	119	0,36	20,19	355,82	1,5	0,07	2,98
Уха с крупой №71, сб. 2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96
Плов из говядины №120, сб. 2021	200	17,51	13,62	18,37	0,00	42,34	403,80	18,73	48,49	224,6	2,68	40,12	452,24	0,72	0,06	0,22
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
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'		30,79	22,48	25,57	0,66	91,20	708,56	192,3	100,2	460,4	4,37	61,8	812,62	2,92	0,25	7,17
Полдник																
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
Печенье сб. 2021 ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Полдник'		7,81	6,13	10,31	0,64	39,48	275,01	248,1	40,06	182,6	3,7	25,28	54,35	0,32	0,11	17,1
Ужин																
Котлеты из филе рыбы №83 сб. 2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	180	3,68	0,01	4,94	0,00	24,23	150,99	53,01	34,57	78,81	1,35	12,69	62,66	1,65	0,1	22,31
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 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 'Ужин'		19,01	14,40	16,59	0,06	50,87	420,54	145,3	66,35	251,7	2,38	26,84	96,8	6,17	0,22	22,7
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.	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		80,27	54,89	79,93	2,28	296,49	2197,42	1093	320,9	1400	16,1	290,1	1170,29	10,96	0,95	52,99

Зав.производством:

Лер

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Ку

(Кузьмина О.В.)

Наименование

МЕНЮ на 05.05.2025 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 пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	240	9,56	4,40	12,00	0,00	42,24	312,65	190	54,81	217,4	1,36	85,35	95,54	0,36	0,19	0,33
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
Итого за 'Завтрак'		18,12	7,50	23,69	0,79	108,17	710,50	324,5	94,39	362,7	5,47	155,2	182,84	1,44	0,33	4,85
Обед																
Салат с сыром №45, сб.2021	100	8,97	7,02	10,74	0,00	7,64	159,18	252,3	35,66	198,4	0,59	33,64	593,03	2,49	0,12	4,97
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,52	5,80	0,62	0,50	15,18	94,67	19,39	26,97	115	0,88	1,87	5,64	0,47	0,09	4,96
Плов из говядины №120, сб.2021	230	20,14	15,67	21,13	0,00	48,69	464,37	21,54	55,76	258,3	3,08	46,14	520,08	0,82	0,07	0,25
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
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'		39,62	28,49	32,89	0,90	110,90	886,18	303,3	132,1	609,7	5,5	81,65	1118,8	4,31	0,35	10,18
Полдник																
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
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Полдник'		8,52	6,14	12,17	0,64	45,44	317,95	248,1	40,06	182,6	3,7	25,28	54,35	0,32	0,11	17,1
Ужин																
Котлеты из филе рыбы №83 сб.2021	110	16,44	15,81	12,40	0,00	16,19	241,58	45,81	28,59	154	0,94	9,95	28,22	5,43	0,11	0,16
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	220	4,50	0,01	6,03	0,00	29,61	184,55	64,79	42,25	96,33	1,65	15,51	76,58	2,02	0,12	27,27
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 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 'Ужин'		23,06	17,28	19,98	0,10	60,73	505,12	166,7	80,96	303	3	31,47	115,89	7,58	0,27	27,69
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		95,98	64,52	94,58	2,63	342,41	2570,71	1259	378,6	1643	18,2	328,9	1511,49	13,91	1,14	61,05



(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 05.05.2025 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	5,98	2,75	7,50	0,00	26,40	195,40	118,7	34,26	135,9	0,85	53,34	59,71	0,23	0,12	0,2
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
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
Итого за 'Завтрак'		14,17	5,84	19,63	1,23	90,29	584,67	264,9	80,24	284,8	5,68	123,2	155,01	1,43	0,29	16,72
Обед																
Салат с сыром №45, сб.2021	60	5,38	4,21	6,45	0,00	4,58	95,51	151,4	21,4	119	0,36	20,19	355,82	1,5	0,07	2,98
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,02	4,64	0,50	0,40	12,14	75,73	15,51	21,58	91,96	0,7	1,5	4,51	0,37	0,08	3,96
Плов из говядины №120, сб.2021	200	17,51	13,62	18,37	0,00	42,34	403,80	18,73	48,49	224,6	2,68	40,12	452,24	0,72	0,06	0,22
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.	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'		31,79	22,48	25,77	0,86	91,83	719,11	205,8	108,2	474,4	7,12	61,8	812,62	3,12	0,27	11,17
Итого за день		45,96	28,32	45,40	2,09	182,12	1303,78	470,7	188,5	759,2	12,8	185	967,63	4,54	0,56	27,89

Завпроизводством: Жр (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 05.05.2025 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Белки, г			Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
	Выход, г	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 пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
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
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
Итого за 'Завтрак'		15,37	6,39	21,13	1,23	95,57	623,75	288,6	87,09	312	5,85	133,8	166,96	1,47	0,31	16,76
Обед																
Салат с сыром №45, сб.2021	100	8,97	7,02	10,74	0,00	7,64	159,18	252,3	35,66	198,4	0,59	33,64	593,03	2,49	0,12	4,97
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,52	5,80	0,62	0,50	15,18	94,67	19,39	26,97	115	0,88	1,87	5,64	0,47	0,09	4,96
Плов из говядины №120, сб.2021	230	20,14	15,67	21,13	0,00	48,69	464,37	21,54	55,76	258,3	3,08	46,14	520,08	0,82	0,07	0,25
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'		40,78	28,49	33,12	1,13	112,54	901,47	317,7	141,2	627,6	8,33	81,65	1118,83	4,54	0,37	14,18
Итого за день		56,15	34,89	54,25	2,36	208,11	1525,22	606,3	228,3	939,5	14,2	215,5	1285,79	6,01	0,69	30,94

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)