

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

МЕНЮ на 06.03.2025 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																
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150	25,48	22,97	17,89	0,00	39,03	419,24	247,9	37,53	298,7	0,95	111,7	128,45	0,77	0,09	0,49
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	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
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
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'		31,72	22,97	18,66	0,77	94,61	664,52	310,7	83,36	396,9	6,12	111,7	130,56	1,68	0,2	8,19
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	60	1,93	0,61	3,81	0,00	8,34	73,44	11,93	15,84	44,29	0,55	7,2	322,83	1,73	0,06	4,05
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
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.	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'		33,24	25,77	33,21	0,32	75,40	717,64	128,6	90,34	368	4,93	81,46	676,84	5,65	0,29	40,76
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
Пирожки печеные с картофелем № 267, сб. 2021	100	6,73	1,12	6,35	0,00	41,23	247,24	21,17	16,28	76,86	1,08	27,95	51,53	1,01	0,1	0,76
Итого за 'Полдник'		12,47	7,23	12,29	0,00	50,25	358,49	243,7	41,94	241,8	1,26	53,23	97,88	1,01	0,16	1,86
Ужин																
Фрикадельки из говядины №107, сб.2021	90	11,62	11,41	8,67	0,00	7,20	153,13	9,75	22,2	122,9	1,03	18,72	24,38	0,23	0,05	0
Соус томатный №248, сб. 2021	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	11,72	45,62	3,78	1,96	2,39	0,5	0	1,25	0,05	0,01	1
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'		21,13	11,44	16,21	0,06	68,90	491,25	31,06	161	326,8	6,36	48,8	134,88	1,07	0,31	2,09
второй ужин																
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
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
Итого за 'второй ужин '		7,29	6,26	7,04	0,13	15,37	157,89	262	34,52	216,4	0,48	43,16	48,44	0,17	0,09	1,51
Итого за день		105,85	73,67	87,40	1,28	304,52	2389,80	976	411,1	1550	19,1	338,3	1088,61	9,58	1,04	54,4

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю

Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 06.03.2025 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																
Запеканка из творога №239 сб. 2021	180	30,58	27,56	21,47	0,00	46,83	503,08	297,5	45,03	358,4	1,14	134	154,14	0,92	0,1	0,59
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
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
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
Итого за 'Завтрак'		38,37	27,56	22,43	0,97	112,52	796,48	364,8	97,34	473,7	6,7	134	156,25	2,1	0,25	8,28
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	80	2,57	0,81	5,08	0,00	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
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.	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.	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'		42,98	34,33	43,38	0,33	85,74	886,78	158	112,5	471,8	6,17	107,2	877,35	7,05	0,36	49,79
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
Пирожки печеные с картофелем № 267, сб. 2021	150	10,09	1,68	9,53	0,00	61,85	370,86	31,76	24,42	115,3	1,61	41,92	77,29	1,51	0,14	1,14
Итого за 'Полдник'		15,83	7,79	15,46	0,00	70,86	482,11	254,3	50,08	280,3	1,8	67,21	123,65	1,51	0,2	2,24
Ужин																
Фрикадельки из говядины №107, сб.2021	100	12,91	12,68	9,64	0,00	8,00	170,14	10,84	24,67	136,5	1,15	20,8	27,09	0,26	0,05	0
Соус томатный №248, сб. 2021	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,65	37,88	2,93	4,48	8,35	0,2	11,21	101,68	0,15	0,01	1,36
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	11,72	45,62	3,78	1,96	2,39	0,5	0	1,25	0,05	0,01	1
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'		24,50	12,72	18,79	0,10	80,97	573,49	36,76	192,3	385,9	7,55	57,6	163,54	1,3	0,37	2,36
второй ужин																
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
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
Итого за 'второй ужин '		7,81	6,26	7,10	0,20	18,75	173,93	263,5	36,68	222,1	0,61	43,16	48,44	0,26	0,1	1,51
Итого за день		129,49	88,66	107,16	1,60	368,84	2912,80	1077	489	1834	22,8	409,2	1369,24	12,21	1,28	64,18

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 06.03.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Запеканка из творога №239 сб. 2021	150	25,48	22,97	17,89	0,00	39,03	419,24	247,9	37,53	298,7	0,95	111,7	128,45	0,77	0,09	0,49
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	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
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
Итого за 'Завтрак'		29,69	22,97	18,33	0,44	67,26	545,96	293,7	71,05	371,5	3,05	111,7	130,56	1,31	0,16	4,19
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	60	1,93	0,61	3,81	0,00	8,34	73,44	11,93	15,84	44,29	0,55	7,2	322,83	1,73	0,06	4,05
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68
Куры отварные №132, сб.2021	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
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'		33,72	25,77	33,35	0,45	72,64	712,16	140,6	96,18	376,3	7,54	81,46	676,84	5,76	0,3	44,76
Итого за день		63,41	48,74	51,68	0,90	139,91	1258,12	434,3	167,2	747,9	10,6	193,1	807,4	7,07	0,46	48,95

Запроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 06.03.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Запеканка из творога №239 сб. 2021	180	30,58	27,56	21,47	0,00	46,83	503,08	297,5	45,03	358,4	1,14	134	154,14	0,92	0,1	0,59
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	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
Свекла отварная № 146, сб. 2021	120	1,86	0,00	0,11	0,11	13,59	55,12	45,91	27,29	53,35	1,74	0	2,53	0,13	0,02	4,43
Итого за 'Завтрак'		35,10	27,56	21,92	0,46	77,33	638,99	351	83,11	440,2	3,53	134	156,68	1,48	0,18	5,02
Обед																
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком №38, сб.2021	80	2,57	0,81	5,08	0,20	11,12	97,92	15,91	21,12	59,05	0,73	9,6	430,44	2,31	0,09	5,4
Суп картофельный с клецками №64, сб.2021	250	2,63	0,32	2,66	0,20	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Куры отварные №132, сб.2021	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
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.	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'		44,06	34,33	43,59	0,94	86,87	899,71	172	121,1	487,8	8,96	107,2	877,37	7,26	0,39	53,79
Итого за день		79,16	61,90	65,52	1,40	164,21	1538,70	522,9	204,2	927,9	12,5	241,2	1034,04	8,75	0,56	58,81

Запроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)