

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 06.10.2025 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	ГЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2025	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 лимоном и сахаром №302, сб. 2025	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 пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.	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.2025г.	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'		14,99	2,86	18,98	0,98	104,81	640,60	175	90,53	294,8	6,04	109,3	122,31	2,07	0,34	5,63
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	90	1,51	0,00	7,19	0,00	9,83	104,14	36,38	20,99	41,27	1,34	0	2,11	3,39	0,01	2,11
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2025 г.	200	1,59	0,26	4,60	0,15	8,28	78,49	33,17	15,45	37,74	0,56	33,15	191,78	0,18	0,04	9,24
Плов из говядины №120, сб.2025	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 с вит. С №324, сб.2025	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.2025г.	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.2025г.	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'		22,49	13,88	30,41	0,41	92,58	719,95	94,98	93,7	328,4	5,22	73,27	646,19	4,62	0,16	11,57
Полдник																
Ряженка №297 сб. 2025	200	6,95	6,95	7,67	0,00	9,59	139,79	287,7	33,57	227,8	0,24	47,95	53,83	0	0,07	1,68
Зефир сб.2025	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
Апельсин сб.2025г.	230	0,57	0,00	0,13	0,13	6,51	28,13	21,51	8,22	14,55	0,19	0	5,06	0,13	0,03	37,95
Итого за 'Полдник'		8,00	7,43	7,86	0,13	64,59	356,23	324,2	45,39	249,5	1,27	47,95	58,89	0,13	0,1	39,63
Ужин																
Куры отварные №132, сб.2025	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
Картофель тушеный №146, сб. 2025	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
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2025	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.2025г.	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'		30,80	28,02	37,32	0,06	50,71	654,16	159	83,04	401,5	4,04	126,1	644,61	1,28	0,28	17,82
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	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		82,02	58,31	100,51	1,57	321,69	2482,19	975,7	338,3	1439	16,8	381,9	1518,35	8,1	0,94	75,74

Зав.производством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 06.10.2025 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. 2025	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 лимоном и сахаром №302, сб. 2025	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 пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г	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.2025г.	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'		16,50	3,43	20,95	0,98	111,63	690,58	202,8	101,7	336,7	6,36	119,6	133,68	2,21	0,38	5,73
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	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.2025 г.	250	1,99	0,33	5,75	0,19	10,35	98,12	41,47	19,31	47,18	0,7	41,44	239,73	0,22	0,05	11,55
Плов из говядины №120, сб.2025	220	19,27	14,98	20,21	0,00	46,57	444,18	20,6	53,34	247	2,94	44,13	497,46	0,79	0,07	0,24
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №324, сб.2025	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.2025г.	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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	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'		26,87	15,31	34,46	0,70	113,46	855,68	115,2	113,4	387,6	6,3	85,57	739,59	5,46	0,22	14,14
Полдник																
Ряженка №297 сб. 2025	200	6,95	6,95	7,67	0,00	9,59	139,79	287,7	33,57	227,8	0,24	47,95	53,83	0	0,07	1,68
Зефир сб.2025	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
Апельсин сб.2025г.	230	0,57	0,00	0,13	0,13	6,51	28,13	21,51	8,22	14,55	0,19	0	5,06	0,13	0,03	37,95
Итого за 'Полдник'		8,00	7,43	7,86	0,13	64,59	356,23	324,2	45,39	249,5	1,27	47,95	58,89	0,13	0,1	39,63
Ужин																
Куры отварные №132, сб.2025	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
Картофель тушеный №146, сб. 2025	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
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2025	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.2025г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0
Итого за 'Ужин'		38,94	36,32	44,77	0,12	52,88	761,83	167,5	92,64	475,3	4,88	145,3	677,49	1,59	0,31	18,2
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	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		96,05	68,60	113,97	1,93	351,58	2775,58	1032	378,8	1614	19	423,7	1656,01	9,38	1,07	78,79

Завпроизводством: Зол (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Уфимская КШИ № 92
Б.Р.Баев

МЕНЮ на 06.10.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: КС (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 06.10.2025 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 овсяная молочная жидкая №206, сб. 2025	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 лимоном и сахаром №302, сб. 2025	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 пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.	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
Ряженка №297 сб. 2025	150	5,22	5,22	5,75	0,00	7,19	104,84	215,8	25,18	170,8	0,18	35,97	40,37	0	0,05	1,26
Итого за 'Завтрак'		16,91	7,80	23,35	0,59	77,87	585,85	358,4	95,65	413,7	2,87	140,1	156,99	1,54	0,33	2,84
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	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.2025 г.-	250	1,99	0,33	5,75	0,19	10,35	98,12	41,47	19,31	47,18	0,7	41,44	239,73	0,22	0,05	11,55
Плов из говядины №120, сб.2025	220	19,27	14,98	20,21	0,00	46,57	444,18	20,6	53,34	247	2,94	44,13	497,46	0,79	0,07	0,24
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №324, сб.2025	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.2025г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	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.2025г.	230	0,57	0,00	0,13	0,13	6,51	28,13	21,51	8,22	14,55	0,19	0	5,06	0,13	0,03	37,95
Итого за 'Обед'		27,08	15,31	34,55	0,80	117,63	872,52	136,1	120,6	400,3	6,45	85,57	744,68	5,53	0,24	52,09
Итого за день		43,99	23,11	57,90	1,38	195,50	1458,37	494,5	216,2	814	9,33	225,7	901,67	7,07	0,56	54,93

Завпроизводством: Ху (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)