

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская I

Наименование

вприказ

МЕНЮ на 07.03.2025 г. интернат 7-11 лет

Наименование блока	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	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2021	150	5,40	2,11	6,20	0,00	27,63	180,15	97,49	26,41	133,1	1,34	46,16	26,68	0,04	0,1	0,38	
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 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	
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	
Сок	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'		20,57	10,31	15,16	0,93	103,06	615,39	448	106,5	439,7	6,2	99,32	1708,28	1,51	0,29	5,85	
обед																	
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53	
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37	
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	200	15,65	12,89	17,09	6,00	22,92	306,03	23,57	46,6	211,1	3,15	0	12,92	3,18	0,16	9,64	
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13	
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'		22,79	13,10	31,43	16,31	94,70	733,73	104	119,8	375	6	18,53	738,11	9,49	0,38	26,66	
полдник																	
Вак-беляш №274, сб. 2021	100	11,27	6,65	11,15	0,00	25,21	245,45	25,99	18,76	106,5	1,45	25,56	47,6	0,88	0,08	2,79	
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	
Итого за 'полдник'		17,02	12,76	17,08	0,00	34,22	356,70	248,5	44,42	271,4	1,64	50,84	93,96	0,88	0,14	3,88	
Ужин																	
Рагу овощное с курами №118, сб.2014 г.	200	10,04	7,90	14,75	6,77	18,43	242,75	36,58	37,88	129,2	1,64	22,23	719,28	3,38	0,1	11,67	
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 №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.1	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43	
Итого за 'Ужин'		17,24	9,35	16,96	7,52	68,60	489,46	118,6	61,35	206,6	2,44	28,23	735,67	3,87	0,18	52,36	
Итого за день		77,62	45,52	80,63	24,76	300,58	2195,28	919	332,1	1293	16,3	196,9	3276,02	15,75	1	88,75	

Зав.производством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

Директор ГБОУ Уфимская КШИ №92

МЕНЮ на 07.03.2025 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 "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2021	180	6,48	2,53	7,44	0,00	33,15	216,17	117	31,7	159,7	1,6	55,39	32,01	0,05	0,12	0,46
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 сыром №4, сб.2021г.	80/30	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.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
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'		21,90	10,73	16,41	0,95	110,13	657,89	472,4	118,7	476,3	6,59	108,6	2116,61	1,6	0,32	6,12
обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,00	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	230	18,00	14,82	19,65	6,90	26,36	351,93	27,11	53,59	242,8	3,62	0	14,86	3,66	0,18	11,08
Компот из кураги №310, сб.2021	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	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.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'		26,81	15,09	35,16	17,37	109,40	841,07	116,2	136,9	435,6	7	23,16	789,1	10,24	0,45	29,45
полдник																
Вак-беляш №274, сб. 2021	150	16,91	9,97	16,72	0,00	37,82	368,17	38,99	28,14	159,7	2,18	38,34	71,4	1,32	0,12	4,18
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
Итого за 'полдник'		22,65	16,08	22,65	0,00	46,83	479,43	261,5	53,8	324,7	2,36	63,62	117,76	1,32	0,18	5,28
Ужин																
Рагу овощное с курами №118, сб.2014 г.	230	11,55	9,08	16,97	7,78	21,20	279,16	42,06	43,56	148,6	1,89	25,56	827,17	3,89	0,11	13,42
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 №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	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Ужин'		20,24	10,53	19,35	8,71	80,56	570,96	124	67,04	226	2,69	31,56	843,56	4,37	0,2	54,11
Итого за день		91,61	52,44	93,57	27,03	346,92	2549,34	974,1	376,4	1463	18,7	226,9	3867,04	17,53	1,15	94,96

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.03.2025 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2021	150	5,40	2,11	6,20	0,00	27,63	180,15	97,49	26,41	133,1	1,34	46,16	26,68	0,04	0,1	0,38
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 сыром №4, сб.2021г.	40/20	7,96	4,42	4,92	0,45	23,12	168,88	178,3	24,02	139,8	1,01	35,28	40,8	0,66	0,08	0,12
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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Завтрак'		18,96	9,61	19,67	0,58	90,46	601,57	404,6	71,38	366,7	2,66	93,44	94,87	0,84	0,23	41,44
обед																
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,00	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	200	15,65	12,89	17,09	6,00	22,92	306,03	23,57	46,6	211,1	3,15	0	12,92	3,18	0,16	9,64
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
Вак-беляш №274, сб. 2021	100	11,27	6,65	11,15	0,00	25,21	245,45	25,99	18,76	106,5	1,45	25,56	47,6	0,88	0,08	2,79
Итого за 'обед '		31,72	19,75	32,69	6,46	94,89	794,02	89,08	100,7	411,1	8,68	44,09	256,67	4,82	0,37	21,8
Итого за день		50,68	29,36	52,36	7,04	185,35	1395,59	493,7	172,1	777,8	11,3	137,5	351,54	5,65	0,6	63,24

Запроизводством: Ху (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ку (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 07.03.2025 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 "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2021	180	6,48	2,53	7,44	0,00	33,15	216,17	117	31,7	159,7	1,6	55,39	32,01	0,05	0,12	0,46
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 сыром №1, сб.2021г.	50/30	10,31	7,73	8,15	0,33	16,86	183,27	301,5	26,95	204,8	0,86	61,74	71,4	0,55	0,06	0,21
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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Завтрак'		22,39	13,34	24,14	0,46	89,73	651,99	547,3	79,58	458,3	2,78	129,1	130,8	0,74	0,24	41,61
обед																
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,00	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	230	18,00	14,82	19,65	6,90	26,36	351,93	27,11	53,59	242,8	3,62	0	14,86	3,66	0,18	11,08
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.	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
Вак-беляш №274, сб. 2021	100	11,27	6,65	11,15	0,00	25,21	245,45	25,99	18,76	106,5	1,45	25,56	47,6	0,88	0,08	2,79
Итого за 'обед '		35,14	21,74	36,34	7,44	105,71	882,95	99,38	115,1	464,1	9,5	48,72	307,65	5,45	0,42	24,58
Итого за день		57,54	35,08	60,47	7,90	195,44	1534,94	646,6	194,7	922,4	12,3	177,9	438,45	6,19	0,65	66,19

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)