

ждаю
ктор ГБОУ Уфимская КШИ
Б.Р.
наименование блон

МЕНЮ на 08.09.2025 г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,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
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 пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.5	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'		17,61	5,91	21,75	0,98	110,18	695,89	278,2	102	371,8	6,09	121,3	144,17	2,06	0,37	5,03
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
Напиток лимонный №313, сб. 2025	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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'		22,55	13,88	30,42	0,41	92,50	720,91	97,8	94,5	329,8	5,26	73,27	646,33	4,63	0,16	12,69
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
Мармелад сб.2025	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	152	0,61	0,00	0,61	0,61	17,63	73,99	24,32	13,68	16,72	3,34	0	7,6	0,3	0,05	15,2
Итого за 'Полдник'		7,72	6,95	8,28	0,61	57,86	330,57	312,1	47,25	244,5	3,58	47,95	61,43	0,3	0,12	16,88
Ужин																
Картофель тушенный №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
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	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.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
Салат с сыром №45, сб.2025	80	7,18	5,62	8,60	0,00	13,38	154,95	202	28,53	158,7	0,5	26,91	474,42	2	0,1	3,98
Итого за 'Ужин'		13,21	7,15	22,40	0,06	60,13	483,18	287,9	83,58	322,7	2,56	89,55	1009,53	2,59	0,29	20,4
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		66,83	40,00	88,78	2,06	329,69	2341,80	1198	353	1434	17,7	357,4	1907,81	9,58	1	56,09

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 08.09.2025 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	В1,мг	С,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
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 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'		17,61	5,91	21,75	0,98	110,18	695,89	278,2	102	371,8	6,09	121,3	144,17	2,06	0,37	5,03
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	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
Напиток лимонный №313, сб. 2025	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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.2025г.	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'		26,85	15,99	35,27	0,60	109,27	847,13	116,4	112,9	390,8	6,26	87,58	762,36	5,35	0,2	15,27
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
Мармелад сб.2025	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	152	0,61	0,00	0,61	0,61	17,63	73,99	24,32	13,68	16,72	3,34	0	7,6	0,3	0,05	15,2
Итого за 'Полдник'		7,72	6,95	8,28	0,61	57,86	330,57	312,1	47,25	244,5	3,58	47,95	61,43	0,3	0,12	16,88
Ужин																
Картофель тушенный №146, сб. 2025	230	4,78	0,09	14,13	0,00	38,36	294,80	35,76	53,65	134,7	2,08	65,14	602,67	0,6	0,2	18,58
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	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.2025г.	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
Салат с сыром №45, сб.2025	100	8,97	7,02	10,74	0,00	16,72	193,69	252,5	35,66	198,4	0,62	33,64	593,03	2,49	0,12	4,97
Итого за 'Ужин'		15,87	8,56	26,43	0,10	70,01	567,48	344,4	99,44	385,7	3,1	104,8	1206,79	3,22	0,35	23,81
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		73,80	43,53	97,66	2,29	356,34	2552,31	1273	387,2	1558	19,2	386,9	2221,09	10,93	1,1	62,09

Завпроизводством: Жу (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра 7 (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 08.09.2025 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2025	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
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 пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2025г.	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
Ряженка №297 сб. 2025	100	3,48	3,48	3,84	0,00	4,80	69,89	143,9	16,78	113,9	0,12	23,98	26,91	0	0,04	0,84
Итого за 'Завтрак'		16,66	8,68	22,72	0,59	75,73	568,71	368,7	90,32	402,3	2,62	132,4	156,87	1,42	0,31	1,74
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб. 2025	60	1,00	0,00	4,79	0,00	6,55	69,42	24,25	13,99	27,51	0,89	0	1,41	2,26	0,01	1,41
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
Напиток лимонный №313, сб. 2025	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2025г.	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. 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
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	152	0,61	0,00	0,61	0,61	17,63	73,99	24,32	13,68	16,72	3,34	0	7,6	0,3	0,05	15,2
Итого за 'Обед'		23,17	13,88	28,70	1,09	110,23	776,23	111,5	103,3	338,5	8,29	73,27	653,22	3,89	0,21	27,19
Итого за день		39,83	22,56	51,42	1,67	185,96	1344,94	480,2	193,7	740,7	10,9	205,7	810,09	5,31	0,52	28,93

Запроизводством: Х (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Кузьмина (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 08.09.2025 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
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 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	150,00	3,48	3,48	3,84	0,00	4,80	69,89	143,9	16,78	113,9	0,12	23,98	26,91	0	0,04	0,84
Итого за 'Завтрак'		17,79	9,10	24,20	0,59	80,85	606,19	389,6	98,7	433,7	2,86	140,2	165,4	1,52	0,34	1,82
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	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
Напиток лимонный №313, сб. 2025	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	152	0,61	0,00	0,61	0,61	17,63	73,99	24,32	13,68	16,72	3,34	0	7,6	0,3	0,05	15,2
Итого за 'Обед'		28,14	15,99	35,97	1,30	131,29	941,90	143,1	129,8	417,1	9,83	87,58	769,98	5,78	0,26	30,47
Итого за день		45,93	25,09	60,17	1,89	212,14	1548,09	532,7	228,5	850,8	12,7	227,7	935,38	7,3	0,6	32,29

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)