

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

МЕНЮ на 08.10.2025 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2025	160	14,81	15,76	23,96	0,00	2,66	285,13	101,8	17,07	226	2,54	244,6	407,79	0,84	0,07	0,22
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,22	0,00	0,05	0,00	9,41	37,49	1,74	0,44	0,8	0,05	0	0,08	0,01	0	0,67
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г.	80/20	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
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2025	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
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
Печенье овсяное сб.2025ТК № 7	45	3,20	0,05	8,40	0,00	26,80	193,22	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		29,16	20,96	38,43	0,80	89,24	812,09	343,9	64,74	437,5	7,05	285,8	463,47	1,91	0,2	13,03
Обед																
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2025	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36
Печень по-строгановски №130, сб.2025	110	15,87	16,44	11,18	0,00	2,83	175,64	19,65	16,58	256,3	5,55	3978	26,03	0,12	0,15	4,23
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2025	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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'		29,74	16,67	21,74	0,38	113,86	740,36	112,5	212,7	560,9	12,8	4034	375,9	2,57	0,52	10,77
Полдник																
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Батон с повидлом №1/1, сб.2025г.	80	6,81	0,00	2,57	2,57	83,22	373,91	26,8	32,22	77,83	2,45	0	0	1,48	0,14	0,29
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	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'		8,89	1,45	4,76	3,23	103,97	479,99	105,2	52,71	134,6	6,02	9	24,5	1,85	0,2	16,55
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
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	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
Итого за 'Ужин'		16,54	10,94	18,04	7,24	54,85	442,25	150,8	62,06	223,1	2,3	34,23	821,08	3,8	0,16	27,19
второй ужин																
Снежок №297 сб. 2025	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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'		6,72	5,68	6,40	0,13	14,58	146,35	238,2	31,75	197,6	0,46	39,2	44	0,17	0,08	1,37
Итого за день		91,05	55,71	89,37	11,78	376,51	2621,03	950,7	424	1554	28,6	4402	1728,96	10,31	1,17	68,9

Зав.производством: И.Х. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Р. (Кузьмина О.В.)

гтверждаю
директор ГБОУ Уфимская КШ
Б.
Наименование б
отрук

МЕНЮ на 08.10.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2025	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,22	0,00	0,05	0,00	9,41	37,49	1,74	0,44	0,8	0,05	0	0,08	0,01	0	0,67
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г	100/30	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
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2025	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
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
Печенье овсяное сб.2025ТК № 7	45	3,20	0,05	8,40	0,00	26,80	193,22	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Завтрак'		31,01	22,93	41,42	0,80	89,57	847,73	356,7	66,87	465,7	7,37	316,3	514,45	2,01	0,21	13,06
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2025	250/10	2,00	0,26	5,36	0,00	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95
Печень ло-строгановски №130, сб.2025	120	17,32	17,93	12,19	0,00	3,08	191,60	21,44	18,09	279,6	6,05	4339	28,4	0,13	0,16	4,61
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	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
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2025	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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.	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 "		34,88	18,22	24,84	0,66	137,10	878,77	131	245,6	644,9	14,7	4407	432,62	3,07	0,62	12,74
Полдник																
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Батон с повидлом №1/1, сб.2025г.	80	6,81	0,00	2,57	2,57	83,22	373,91	26,8	32,22	77,83	2,45	0	0	1,48	0,14	0,29
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	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'		8,89	1,45	4,76	3,23	103,97	479,99	105,2	52,71	134,6	6,02	9	24,5	1,85	0,2	16,55
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
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.	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
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25
Итого за 'Ужин '		16,08	12,13	20,09	8,08	44,89	415,44	164,9	79,77	266,5	3,24	37,56	982,26	4,71	0,22	38,94
второй ужин																
Снежок №297 сб. 2025	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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 '		6,72	5,68	6,40	0,13	14,58	146,35	238,2	31,75	197,6	0,46	39,2	44	0,17	0,08	1,37
Итого за день		97,57	60,41	97,51	12,90	390,12	2768,28	995,9	476,7	1709	31,7	4809	1997,83	11,83	1,33	82,66

TC-



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

МЕНЮ на 08.10.2025 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																
Омлет натуральный №234, сб.2025	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,22	0,00	0,05	0,00	9,41	37,49	1,74	0,44	0,8	0,05	0	0,08	0,01	0	0,67
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	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'		24,03	19,93	28,89	1,16	57,43	579,72	330,8	58,87	393,3	7,13	270,5	437,99	1,89	0,2	17,02
Обед																
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2025	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36
Печень по-строгановски №130, сб.2025	110	15,87	16,44	11,18	0,00	2,83	175,64	19,65	16,58	256,3	5,55	3978	26,03	0,12	0,15	4,23
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2025	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
Печенье овсяное сб.2025ТК № 7	45	3,20	0,05	8,40	0,00	26,80	193,22	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		32,94	16,72	30,14	0,38	140,66	933,58	112,5	212,7	560,9	12,8	4034	375,9	2,57	0,52	10,77
Итого за день		56,98	36,65	59,03	1,54	198,09	1513,29	443,3	271,6	954,2	19,9	4305	813,89	4,46	0,72	27,78

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 08.10.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2025	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,22	0,00	0,05	0,00	9,41	37,49	1,74	0,44	0,8	0,05	0	0,08	0,01	0	0,67
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4; сб.2025г	60/30	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	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'		26,81	22,88	33,38	1,16	57,93	633,18	349,9	62,07	435,7	7,61	316,3	514,45	2,05	0,22	17,06
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2025	250/10	2,00	0,26	5,36	0,00	14,95	111,13	41,9	22,96	51,48	1,09	38,6	253,12	0,25	0,05	7,95
Печень по-строгановски №130, сб.2025	120	17,32	17,93	12,19	0,00	3,08	191,60	21,44	18,09	279,6	6,05	4339	28,4	0,13	0,16	4,61
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	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
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2025	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
Печенье овсяное сб.2025ТК № 7	45	3,20	0,05	8,40	0,00	26,80	193,22	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за "		35,93	18,27	32,97	0,38	149,91	1005,47	124,5	236,4	620,3	14,1	4407	432,61	2,71	0,57	12,74
Итого за день		62,74	41,15	66,34	1,54	207,84	1638,64	474,4	298,5	1056	21,7	4723	947,05	4,76	0,79	29,8

Завпроизводством: Зел (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Мед (Кузьмина О.В.)