

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

МЕНЮ на 09.10.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2025 г.	165	20,73	20,25	12,53	0,15	40,29	353,95	156,7	24,17	206,5	0,83	58,57	111,86	0,55	0,04	0,14
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
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
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07
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 ТК № 1	20	1,32	0,00	0,12	0,12	10,36	47,86	2,6	1,88	8,71	0,17	0	0	0,22	0,02	0
Итого за 'Завтрак '		28,77	21,70	18,44	0,88	103,94	687,46	264	67,8	326,9	5,36	67,57	530,91	3,47	0,18	9,48
Обед																
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	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.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
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2025	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	0
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Обед'		33,14	25,26	28,44	0,32	105,75	793,53	59,07	65,48	416	4,18	98,17	304,48	1,92	0,23	4,82
Полдник																
Кефир №297 сб. 2025	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23
Печенье сб.2025ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	163	0,49	0,00	0,36	0,36	15,91	61,55	23,07	14,57	19,43	2,79	0	2,43	0,49	0,02	6,07
Итого за 'Полдник'		7,02	5,14	9,74	0,36	34,87	250,27	234,8	39,27	187	2,97	35,28	42,03	0,49	0,08	7,31
Ужин																
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
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2025	180	14,34	11,85	12,85	0,56	26,40	276,52	22,47	44,84	173,3	1,89	14,79	36,76	2,1	0,09	0,82
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	48	2,48	0,00	0,31	0,31	16,18	76,99	7,21	10,35	27,28	0,63	0	0	0,42	0,05	0
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Итого за 'Ужин'		20,73	14,75	16,38	0,95	59,73	461,33	156,7	87,45	326,2	3,57	26,79	66,83	2,61	0,19	9,34
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
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
Итого за 'второй ужин'		8,72	6,11	6,29	0,35	27,40	201,43	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		98,39	72,96	79,29	2,87	331,69	2394,01	937	285,7	1421	16,3	253,1	990,6	8,48	0,74	32,04

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 09.10.2025 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,мг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2025 г.	180	22,61	22,09	13,67	0,17	43,95	386,13	171	26,37	225,3	0,91	63,89	122,03	0,6	0,05	0,16
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
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
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34
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 ТК № 1	20	1,32	0,00	0,12	0,12	10,36	47,86	2,6	1,88	8,71	0,17	0	0	0,22	0,02	0
Итого за 'Завтрак '		31,47	23,54	20,56	0,96	113,54	754,36	286,9	75,83	357,5	5,75	72,89	641,71	4,09	0,2	10,76
Обед																
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	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.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
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2025	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	0
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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.	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'		42,54	33,63	37,15	0,35	117,25	953,95	73,38	81,18	525,5	5,25	126,3	387,5	2,36	0,28	6,12
Полдник																
Кефир №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
Печенье сб.2025ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	163	0,49	0,00	0,36	0,36	15,91	61,55	23,07	14,57	19,43	2,79	0	2,43	0,49	0,02	6,07
Итого за 'Полдник'		8,30	5,72	12,24	0,36	41,61	304,63	258,3	42,01	205,6	2,99	39,2	46,43	0,49	0,08	7,44
Ужин																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2025	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2025	220	17,52	14,48	15,71	0,69	32,26	337,96	27,47	54,81	211,8	2,31	18,08	44,93	2,57	0,11	1,01
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Итого за 'Ужин'		25,73	17,38	19,46	1,31	77,09	577,29	171,1	107,1	391,3	4,53	30,08	77	3,37	0,25	11,53
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин'		10,21	6,11	6,46	0,53	36,59	246,51	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		118,25	86,38	95,87	3,51	386,08	2836,74	1012	331,8	1645	18,7	293,8	1198,99	10,31	0,88	36,94

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

гверждаю
директор ГБОУ Уфимская КИ
Б.Р.

МЕНЮ на 09.10.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)



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

МЕНЮ на 09.10.2025 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																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2025 г.	180	22,61	22,09	13,67	0,17	43,95	386,13	171	26,37	225,3	0,91	63,89	122,03	0,6	0,05	0,16
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
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
Кефир №297 сб. 2025	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03
Итого за 'Завтрак '		31,41	27,80	20,33	0,58	72,25	596,25	409,2	65,97	438,2	1,88	102,3	171,53	1,17	0,17	1,45
Обед																
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	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.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
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2025	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	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.	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
Итого за 'Обед'		43,90	33,54	37,46	0,69	103,54	916,57	90,22	94,06	552,8	8,29	126,3	387,51	2,76	0,33	10,12
Итого за день		75,31	61,35	57,78	1,27	175,80	1512,82	499,4	160	991	10,2	228,6	559,04	3,92	0,5	11,57

Завпроизводством: И (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)