

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

МЕНЮ на 10.09.2025 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																
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	0,25	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 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	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6
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
Итого за 'Завтрак'		25,82	20,91	30,01	0,78	61,87	616,67	340,3	62,23	429,6	6,94	285,8	461,53	1,89	0,2	11,48
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	100	14,43	14,94	10,16	0,00	2,57	159,67	17,86	15,08	233	5,04	3616	23,67	0,11	0,14	3,84
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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'		28,12	15,17	20,66	0,31	108,46	703,33	105,1	204	534,4	12	3672	372,53	2,38	0,51	11,01
Полдник																
Чай с молоком №301, сб. shk. 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.	83,8	7,29	0,00	2,75	2,75	85,80	387,88	28,01	34,19	83	2,56	0	0	1,59	0,15	0,28
Груша ТК № 5	165	0,49	0,00	0,37	0,37	16,10	62,31	23,36	14,75	19,67	2,83	0	2,46	0,49	0,02	6,15
Итого за 'Полдник'		9,22	1,45	4,68	3,14	104,10	478,37	104,2	55,03	141,8	5,43	9	18,96	2,13	0,19	6,69
Ужин																
Помидоры свежие урожай 2025 года ТК № 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
Рагу овощное с курами №118, сб.2025 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	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 сб.2025 ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		16,02	10,98	23,35	6,95	56,38	490,36	152,6	64,36	230,9	2,49	34,23	821,13	3,87	0,17	27,19
второй ужин																
Йогурт №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		85,90	54,20	85,10	11,31	345,39	2435,08	940,3	417,4	1534	27,4	4041	1718,15	10,45	1,15	57,73

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

Медсестра О.В. (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 10.09.2025 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	B1,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	0,25	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 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	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
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
Итого за 'Завтрак'		28,00	22,88	33,04	0,82	63,60	658,69	362,2	69,97	474,7	7,5	316,3	516,5	2,04	0,22	15,51
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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
Итого за "		34,26	18,22	24,72	0,54	129,10	844,04	124,3	236,9	638	14,3	4407	431,63	2,82	0,61	13,36
Полдник																
Чай с молоком №301, сб. shk. 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.	83,8	7,29	0,00	2,75	2,75	85,80	387,88	28,01	34,19	83	2,56	0	0	1,59	0,15	0,28
Груша ТК № 5	165	0,49	0,00	0,37	0,37	16,10	62,31	23,36	14,75	19,67	2,83	0	2,46	0,49	0,02	6,15
Итого за 'Полдник'		9,22	1,45	4,68	3,14	104,10	478,37	104,2	55,03	141,8	5,43	9	18,96	2,13	0,19	6,69
Ужин																
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
Рагу овощное с курами №118, сб.2025г.	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.	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
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
Итого за 'Ужин'		18,13	12,16	25,67	8,07	62,24	541,88	164,5	79,2	264,5	3,19	37,56	982,25	4,7	0,22	38,94
второй ужин																
Йогурт №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.	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 'второй ужин'		7,23	5,68	6,47	0,20	17,95	162,39	239,7	33,91	203,3	0,59	39,2	44	0,26	0,09	1,37
Итого за день		96,83	60,39	94,59	12,77	377,00	2685,37	994,9	475	1722	31,1	4809	1993,34	11,95	1,33	75,87

Завпроизводством: ЗК (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Х (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 10.09.2025 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	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	0,25	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 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
Йогурт №297 сб. 2025	100	2,84	2,84	3,14	0,00	3,92	57,13	117,6	13,72	93,1	0,1	19,6	22	0	0,03	0,69
Итого за 'Завтрак'		27,19	23,75	32,88	0,52	43,09	577,77	430,1	59,55	483,5	3,88	305,4	477,53	1,63	0,19	2,17
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	100	14,43	14,94	10,16	0,00	2,57	159,67	17,86	15,08	233	5,04	3616	23,67	0,11	0,14	3,84
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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
Груша ТК № 5	165	0,49	0,00	0,37	0,37	16,10	62,31	23,36	14,75	19,67	2,83	0	2,46	0,49	0,02	6,15
Итого за 'Обед '		29,13	15,17	21,09	0,75	127,94	781,68	130	221	559,7	15	3672	374,99	2,96	0,54	17,15
Итого за день		56,31	38,93	53,97	1,27	171,02	1359,45	560,1	280,5	1043	18,9	3978	852,52	4,59	0,73	19,32

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 10.09.2025 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Белки, г			Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины			
	Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак									Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
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	0,25	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 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
Йогурт №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'		30,46	27,14	37,45	0,52	45,38	641,98	501,6	68,55	558,3	4,25	345,7	539,5	1,74	0,21	2,54
Обед																
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 смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	1,04	0,00	0,06	0,06	33,76	127,59	32,6	21	29,2	0,7	0	116,6	1,1	0,02	0,8
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
Груша ТК № 5	165	0,49	0,00	0,37	0,37	16,10	62,31	23,36	14,75	19,67	2,83	0	2,46	0,49	0,02	6,15
Итого за 'Обед '		34,75	18,22	25,09	0,91	145,20	906,35	147,6	251,6	657,6	17,2	4407	434,09	3,32	0,64	19,51
Итого за день		65,21	45,36	62,54	1,43	190,58	1548,33	649,3	320,2	1216	21,4	4752	973,59	5,05	0,85	22,05

Завпроизводством: Лер (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)