

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

МЕНЮ на 11.02.2025 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,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	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
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 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
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	80	1,34	0,00	6,39	0,00	8,73	92,57	32,34	18,66	36,68	1,19	0	1,88	3,02	0,01	1,88
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'		19,83	8,72	21,31	0,85	100,01	658,00	414,7	107	421,3	6,7	85,79	103,13	4,7	0,3	6,66
Обед																
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,08	7,44	7,35	0,37	18,37	174,24	16,71	29,07	120,9	1,7	6,8	178,54	0,35	0,09	6,13
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
Напиток яблочный №312, сб. 2021	200	0,19	0,00	0,18	0,00	14,36	56,74	7,3	3,92	4,79	0,98	0	2,5	0,1	0,01	2
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
Итого за 'Обед'		28,34	20,45	28,98	1,24	88,15	716,94	95,7	107,1	381,9	5,66	65,92	675,83	5,7	0,38	22,81
Полдник																
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	150	8,09	6,66	7,95	0,21	21,78	190,33	68,32	11,11	88,88	0,52	52,08	80,67	0,48	0,03	0,09
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'		13,84	12,77	13,89	0,21	30,79	301,58	290,8	36,77	253,9	0,71	77,37	127,03	0,48	0,1	1,18
Ужин																
Салат из белокочанной капусты №16, сб.2021	90	1,94	0,00	4,07	0,02	11,94	86,72	48,65	18,23	36,47	0,67	0	183,04	2,14	0,03	18,77
Макаронник с мясом №124 сб.2021	180	18,19	13,85	17,11	0,00	32,05	353,55	22,41	25,5	149,1	1,66	74,74	119,48	1,01	0,08	0,25
Какао с молоком № 306, сб.2021	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
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
Итого за 'Ужин'		24,95	16,75	24,51	0,21	68,46	583,46	184,1	71,26	294,6	3,29	86,74	324,59	3,42	0,17	19,53
второй ужин																
Снежок №297 сб. 2021	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
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 'второй ужин'		5,44	5,12	5,70	0,06	9,10	112,32	213,4	27	175,3	0,37	35,28	39,65	0,07	0,06	1,23
Итого за день		92,40	63,81	94,39	2,58	296,51	2372,30	1199	349,2	1527	16,7	351,1	1270,23	14,37	1,02	51,42

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

Медсестра Р. (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 11.02.2025 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. 2021	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
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 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
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	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
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'		21,29	9,14	24,38	0,85	107,31	718,63	443,7	120,1	461,9	7,24	93,51	112,13	5,56	0,34	7,2
Обед																
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	11,36	9,30	9,19	0,47	22,97	217,80	20,89	36,34	151,1	2,13	8,5	223,17	0,44	0,11	7,67
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	100	14,95	14,38	11,27	0,00	14,72	219,62	41,64	25,99	140	0,86	9,05	25,65	4,94	0,1	0,15
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
Напиток яблочный №312, сб. 2021	200	0,19	0,00	0,18	0,00	14,36	56,74	7,3	3,92	4,79	0,98	0	2,5	0,1	0,01	2
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2021г.	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.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'		33,30	23,75	32,11	1,49	101,98	819,27	107,9	122,5	441,3	6,53	68,52	723,06	6,49	0,44	24,36
Полдник																
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	180	9,71	8,00	9,54	0,25	26,14	228,40	81,99	13,33	106,7	0,63	62,5	96,81	0,58	0,04	0,11
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'		15,45	14,11	15,48	0,25	35,15	339,65	304,5	39	271,6	0,81	87,78	143,16	0,58	0,1	1,2
Ужин																
Салат из белокочанной капусты №16, сб.2021-	120	2,59	0,00	5,43	0,02	15,92	115,63	64,86	24,31	48,62	0,89	0	244,05	2,85	0,04	25,02
Макаронник с мясом №124 сб.2021	220	22,23	16,93	20,92	0,00	39,18	432,11	27,39	31,17	182,2	2,03	91,35	146,04	1,24	0,1	0,3
Какао с молоком № 306, сб.2021	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
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 'Ужин'		28,58	19,83	29,56	0,11	72,51	657,03	203,4	79,99	334,4	3,78	103,4	412,23	4,2	0,19	25,84
второй ужин																
Снежок №297 сб. 2021	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
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
Итого за 'второй ужин'		6,66	5,12	5,84	0,20	17,17	150,96	216,2	31,16	184,6	0,57	35,28	39,6	0,26	0,08	1,23
Итого за день		105,29	71,94	107,37	2,91	334,12	2685,54	1276	392,7	1694	18,9	388,4	1430,18	17,09	1,15	59,84

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 11.02.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2021	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
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 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
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	80	1,34	0,00	6,39	0,00	8,73	92,57	32,34	18,66	36,68	1,19	0	1,88	3,02	0,01	1,88
Итого за 'Завтрак'		17,80	8,72	20,98	0,52	72,66	539,44	397,7	94,72	396	3,64	85,79	103,13	4,33	0,26	2,66
Обед																
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,08	7,44	7,35	0,37	18,37	174,24	16,71	29,07	120,9	1,7	6,8	178,54	0,35	0,09	6,13
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
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
Итого за 'Обед'		29,15	20,45	29,01	1,44	94,39	746,68	102,4	111,2	391,1	7,48	65,92	673,33	5,8	0,39	24,81
Итого за день		46,95	29,17	49,98	1,96	167,06	1286,12	500,1	206	787	11,1	151,7	776,46	10,12	0,66	27,47

Завпроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 11.02.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206 , сб. 2021	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
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 с сыром №4, сб.2021г	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
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	80	1,34	0,00	6,39	0,00	8,73	92,57	32,34	18,66	36,68	1,19	0	1,88	3,02	0,01	1,88
Итого за 'Завтрак'		18,93	9,14	22,45	0,52	77,78	576,93	418,6	103,1	427,4	3,88	93,51	111,66	4,43	0,29	2,73
Обед																
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	11,36	9,30	9,19	0,47	22,97	217,80	20,89	36,34	151,1	2,13	8,5	223,17	0,44	0,11	7,67
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	100	14,95	14,38	11,27	0,00	14,72	219,62	41,64	25,99	140	0,86	9,05	25,65	4,94	0,1	0,15
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,61	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
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.	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.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'		34,11	23,75	32,13	1,69	108,22	849,02	114,6	126,6	450,5	8,35	68,52	720,56	6,59	0,45	26,36
Итого за день		53,04	32,89	54,59	2,22	186,00	1425,94	533,2	229,7	877,9	12,2	162	832,22	11,02	0,74	29,09

Завпроизводством: Зр (Хурматулина Р.М.)

Медсестра Р (Кузьмина О.В.)