

ГБОУ Уфимская КШИ № 1
Б.Р.Бае

Наименование блюда

с крупой ("Артек", рис, пш

МЕНЮ на 11.03.2025 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.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52	
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	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 сыром №4, сб.2021г.	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	
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	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.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	11,14	18,57	0,85	101,93	647,47	437,6	69,92	361	4,56	70,82	102,05	1,21	0,2	5,18	
Обед																	
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2025 годаТК № 8	80	1,00	0,00	6,55	6,55	4,13	77,72	35,68	19,4	32,53	0,73	0	137,72	3,31	0,04	24,4	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73	
Шницель № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,50	13,87	6,63	0,32	14,64	175,76	33,07	25,16	128,9	1,16	2,59	7,92	0,45	0,05	0,05	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	160	3,25	0,72	5,08	0,55	23,13	149,95	37,98	30,31	88,77	1,1	22,7	45,95	0,19	0,13	11,07	
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	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.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.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0	
Итого за 'Обед'		25,75	14,70	21,24	8,10	111,83	722,21	134,2	107,7	334,2	5	36,62	422,05	4,47	0,4	39,25	
Полдник																	
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 г.	150	18,84	18,41	11,39	0,14	36,63	321,77	142,5	21,97	187,7	0,75	53,24	101,69	0,5	0,04	0,13	
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5	
Итого за 'Полдник'		18,94	18,41	11,46	0,21	61,40	416,15	147,3	24,58	191,2	1,32	53,24	102,19	0,6	0,04	0,63	
Ужин																	
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	80	1,04	0,00	4,63	0,00	14,22	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52	
Филе минтая, запеченное с картофелем №90, сб.2021	200	13,58	11,94	9,29	0,22	18,02	208,50	30,77	8,14	99,13	0,84	28,3	89,6	0,67	0,06	0,03	
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	50	3,72	0,00	0,44	0,44	22,98	112,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
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	
Итого за 'Ужин'		19,90	13,39	15,81	0,66	66,57	480,76	103,1	25,49	160,4	1,63	34,3	101,91	3,03	0,08	0,82	
второй ужин																	
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	
Кефир №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	
Итого за 'второй ужин'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23	
Итого за день		90,57	62,75	72,85	9,95	355,53	2401,52	1037	256,7	1226	12,9	230,3	767,8	9,48	0,79	47,11	

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

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 11.03.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2021	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 сыром №4, сб.2021г	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
Печенье сб.2021 ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	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.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'		20,72	11,87	19,59	0,85	105,63	674,80	464,2	74,27	384,5	4,61	75,24	110,16	1,23	0,2	5,31
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2025 года ТК № 8	100	1,25	0,00	8,18	8,18	5,16	97,16	44,6	24,25	40,66	0,92	0	172,15	4,14	0,05	30,5
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Шницель № 99, сб. шк. 2021 г.24	100	14,50	13,87	6,63	0,32	14,64	175,76	33,07	25,16	128,9	1,16	2,59	7,92	0,45	0,05	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	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.2021г.	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.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'		28,28	14,79	24,30	10,02	124,83	809,85	155,9	126,4	380,2	5,95	42,29	519,86	5,51	0,48	47,67
Полдник																
Пудинг творожный с повидлом №243, сб.шк 2021 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
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5
Итого за 'Полдник'		22,71	22,09	13,74	0,24	68,73	480,51	175,8	28,98	228,8	1,47	63,89	122,53	0,7	0,05	0,66
Ужин																
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	100	1,31	0,00	5,78	0,00	17,77	121,42	24,03	14,07	27,62	0,9	0	1,63	2,94	0,01	0,65
Филе минтая, запеченное с картофелем №90, сб.2021	230	15,62	13,73	10,68	0,25	20,72	239,78	35,38	9,36	114	0,96	32,54	103,04	0,77	0,06	0,04
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Ужин'		22,95	15,18	18,44	0,78	77,43	558,87	112,5	29,52	180,8	1,94	38,54	115,67	3,71	0,09	0,95
второй ужин																
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
Кефир №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
Итого за 'второй ужин'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		100,79	69,04	81,85	12,02	390,42	2658,94	1123	288,2	1353	14,4	255,3	907,83	11,33	0,89	55,82

Завпроизводством: Т.С. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 11.03.2025 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																
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,39
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	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	1,12
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
Печенье сб.2021 ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0,69
Итого за 'Завтрак'		17,80	11,14	18,24	0,52	74,58	528,91	420,6	57,61	335,6	1,5	70,82	102,05	0,84	0,15	15,2
Обед																17,4
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2025 года ТК № 8	80	1,00	0,00	6,55	6,55	4,13	77,72	35,68	19,4	32,53	0,73	0	137,72	3,31	0,04	
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	2,22
Шницель № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,50	13,87	6,63	0,32	14,64	175,76	33,07	25,16	128,9	1,16	2,59	7,92	0,45	0,05	9,61
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	0,13
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	0,82
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	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.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	12,8
Итого за 'Обед'		28,12	14,70	22,79	8,55	101,82	713,85	159,5	128,4	382,2	8,41	42,29	485,41	4,85	0,49	0
Итого за день		45,92	25,84	41,03	9,08	176,40	1242,77	580,1	186	717,8	9,9	113,1	587,46	5,69	0,64	0

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 11.03.2025 г. школа с 12 лет и старше

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)