

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

МЕНЮ на 11.09.2025 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	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2025 г.	160	20,05	19,64	12,15	0,15	30,33	309,91	150,2	22,55	199,1	0,64	56,79	108,47	0,53	0,04	0,11
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.	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
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
Итого за 'Завтрак'		27,80	21,09	18,07	0,89	90,37	627,64	257,8	68,62	322,2	5,26	65,79	527,52	3,41	0,18	9,44
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
Пюре гороховое №178, сб. 2025	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	0
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,18	0,00	14,68	59,21	9,77	4,65	6,12	1,02	0	2,64	0,11	0,01	3,12
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'		42,36	25,18	29,49	0,25	83,32	750,53	130,2	123,7	493,8	8,97	98,17	307,12	1,42	0,69	7,94
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
Вафли сб.2025	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	154	0,62	0,00	0,62	0,62	17,86	74,97	24,64	13,86	16,94	3,39	0	7,7	0,31	0,05	15,4
Итого за 'Полдник'		7,42	5,68	8,21	0,62	57,86	327,01	266,2	45,3	217,5	4,18	40	52,9	0,59	0,12	16,77
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.	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
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'		20,32	14,75	16,32	0,90	57,04	448,50	155,5	85,72	321,6	3,46	26,79	66,83	2,54	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		106,61	72,80	78,39	3,02	315,98	2355,10	1032	349	1520	22,1	256	1000,72	7,95	1,23	44,59

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 11.09.2025 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																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2025 г.	180	22,55	22,09	13,67	0,17	34,12	348,65	169	25,37	224	0,72	63,89	122,03	0,6	0,05	0,13
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.	90	4,65	0,00	0,59	0,59	30,34	144,35	13,52	19,4	51,16	1,18	0	0	0,78	0,09	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
Итого за 'Завтрак'		31,12	23,54	20,57	0,98	100,10	701,10	285,3	77,27	358,9	5,66	72,89	641,71	4,04	0,2	10,72
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
Пюре гороховое №178, сб. 2025	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	0
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,18	0,00	14,68	59,21	9,77	4,65	6,12	1,02	0	2,64	0,11	0,01	3,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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.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'		54,83	33,54	38,53	0,41	103,12	957,45	160,3	154,8	630,1	11,1	126,3	390,14	1,92	0,85	9,24
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
Вафли сб.2025	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	154	0,62	0,00	0,62	0,62	17,86	74,97	24,64	13,86	16,94	3,39	0	7,7	0,31	0,05	15,4
Итого за 'Полдник'		7,42	5,68	8,21	0,62	57,86	327,01	266,2	45,3	217,5	4,18	40	52,9	0,59	0,12	16,77
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.	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
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'		24,69	17,38	19,33	1,18	70,34	545,21	168,1	102,8	379,9	4,26	30,08	77	3,2	0,23	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		128,27	86,26	93,10	3,71	368,01	2777,29	1102	405,9	1751	25,4	294,6	1208,11	9,75	1,46	49,36

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

