

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

МЕНЮ на 12.02.2025 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,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	12,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
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 №1, сб.2021г.	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
Икра морковная №46, сб. 2021	80	1,53	0,00	6,17	0,00	9,38	95,03	24,82	31,75	50,7	0,77	0	1538,9	3,24	0,05	1,85
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'		22,91	16,22	30,86	0,77	77,79	671,36	200	78,8	364	7,1	235	1932	5,05	0,24	6,32
Обед																
Суп крестьянский с пшеном №67, сб.2021	200	1,94	0,19	4,35	0,33	10,97	89,02	23,62	16,52	42,91	0,57	6,86	166,06	1,48	0,05	6,1
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	0,28
Рис отварной, сб. 2021	150	3,74	0,03	5,99	0,00	39,36	226,85	31,75	27,22	81,75	0,75	39,83	44,08	0,28	0,04	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	29,12	111,48	37,93	28,16	32,43	0,91	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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.	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'		23,52	13,48	25,13	0,82	101,32	711,96	113	103	334	5,1	46,7	337,5	5,41	0,19	6,56
Полдник																
Пирожки печеные с яблоками №263, сб.2021	100	6,07	1,12	5,28	0,00	46,10	252,15	18,93	10,98	57,87	1,42	27,97	5,2	0,18	0,08	1,39
Йогурт №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 'Полдник'		11,18	6,23	10,92	0,00	53,16	354,99	231	35,7	225	1,6	63,3	44,8	0,18	0,13	2,62
Ужин																
Огурцы консервированные с лимонной кислотой сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,57	13,8	8,4	14,4	0,36	0	3	0,06	0,01	3
Запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	200	8,62	1,15	10,02	0,63	33,01	253,43	37,22	43,21	121	2,05	43,83	100,84	0,53	0,17	19,72
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	3,28	0,05	8,67	0,59	20,51	168,02	18,33	23,03	79,28	1,93	57,82	65,8	0,8	0,09	0
Итого за 'Ужин'		15,66	4,10	21,89	1,27	69,37	525,10	178	95,7	307	4,9	114	191,7	1,4	0,3	23,2
второй ужин																
Банан сб.2021г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26
Итого за 'второй ужин'		3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109	72,8	1,6	0	52	1,04	0,1	26
Итого за день		77,17	40,04	90,10	4,17	360,66	2511,70	743	422	1303	20	459	2558	13,1	0,96	64,7

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.02.2025 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	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 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 №1, сб.2021г.	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
Икра морковная №46, сб. 2021	100	1,92	0,00	7,72	0,00	11,73	118,78	31,03	39,69	63,37	0,97	0	1923,6	4,05	0,06	2,31
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	30	1,98	0,00	0,18	0,18	15,54	71,79	3,9	2,81	13,07	0,25	0	0	0,33	0,03	0
Итого за 'Завтрак'		26,73	19,17	36,96	0,83	85,82	772,51	227	90,89	423,6	7,86	281,2	2393,36	6,13	0,27	6,82
Обед																
Суп крестьянский с пшеном №67, сб.2021	250	2,43	0,24	5,44	0,41	13,71	111,27	29,52	20,65	53,64	0,71	8,57	207,57	1,85	0,07	7,63
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	0,28
Рис отварной, сб. 2021	180	4,48	0,04	7,18	0,00	47,23	272,22	38,1	32,66	98,1	0,9	47,79	52,89	0,34	0,04	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	29,12	111,48	37,93	28,16	32,43	0,91	0	117,6	1,28	0,02	0,18
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Итого за 'Обед'		25,95	13,54	27,58	1,07	119,69	816,40	129,5	118	376,5	5,76	56,36	387,88	6,04	0,24	8,08
Полдник																
Пирожки печеные с яблоками №263, сб.2021	120	7,28	1,34	6,33	0,00	55,32	302,57	22,71	13,17	69,45	1,7	33,57	6,24	0,21	0,09	1,66
Йогурт №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 'Полдник'		12,39	6,46	11,98	0,00	62,38	405,42	234,4	37,87	237	1,88	68,85	45,84	0,21	0,15	2,9
Ужин																
Огурцы консервированные с лимонной кислотой сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,50	8,57	13,8	8,4	14,4	0,36	0	3	0,06	0,01	3
Запеканка картофельная с овощами № 166, сб. 2021	230	9,91	1,32	11,52	0,72	37,96	291,45	42,81	49,7	139,2	2,35	50,4	115,97	0,61	0,19	22,68
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	70/10	4,38	0,07	11,56	0,78	27,35	224,02	24,43	30,71	105,7	2,57	77,09	87,73	1,07	0,12	0
Итого за 'Ужин'		18,05	4,29	26,28	1,56	81,16	619,12	189,6	109,9	351,3	5,86	139,5	228,77	1,75	0,35	26,2
второй ужин																
Банан сб.2021г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26
Итого за 'второй ужин'		3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26
Итого за день		87,02	43,46	104,09	4,76	408,07	2861,74	801,3	465,9	1461	22,9	545,9	3107,86	15,17	1,11	70

Завпроизводством: Р.А. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.02.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
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 №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
Йогурт №297 сб. 2021	120	3,41	3,41	3,76	0,00	4,70	68,56	141,1	16,46	111,7	0,12	23,52	26,4	0	0,04	0,82
Итого за 'Завтрак'		21,43	19,63	28,01	0,33	35,41	478,47	297,1	49,34	391,2	3,22	258,8	419,7	1,22	0,17	1,29
Обед																
Суп крестьянский с пшеном №67, сб.2021	200	1,94	0,19	4,35	0,33	10,97	89,02	23,62	16,52	42,91	0,57	6,86	166,06	1,48	0,05	6,1
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	0,28
Рис отварной, сб. 2021	150	3,74	0,03	5,99	0,00	39,36	226,85	31,75	27,22	81,75	0,75	39,83	44,08	0,28	0,04	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.	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
Банан сб.2021г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26
Итого за 'обед'		26,17	13,48	26,38	2,07	145,07	903,18	107,2	187,7	377,1	8,3	46,68	271,92	5,19	0,28	36,38
Итого за день		47,60	33,12	54,38	2,39	180,48	1381,65	404,3	237,1	768,3	11,5	305,5	691,63	6,42	0,45	37,67

Завпроизводством: Ж.Л. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 12.02.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	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 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 №1, сб.2021г.	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
Йогурт №297 сб. 2021	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'		25,57	23,44	33,50	0,39	40,46	565,11	353	58,81	467,2	3,86	310,6	502,76	1,47	0,2	1,54
Обед																
Суп крестьянский с пшеном №67, сб.2021	250	2,43	0,24	5,44	0,41	13,71	111,27	29,52	20,65	53,64	0,71	8,57	207,57	1,85	0,07	7,63
Гуляш №96, сб.2021	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31	11,27	18,59	142,8	2,09	0	9,75	1,88	0,03	0,28
Рис отварной № 187, сб. 2021	180	4,48	0,04	7,18	0,00	47,23	272,22	38,1	32,66	98,1	0,9	47,79	52,89	0,34	0,04	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.	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.	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
Банан сб.2021г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26
Итого за 'Обед'		28,76	13,54	28,85	2,34	164,47	1012,36	124,2	203,9	423,3	9,04	56,36	322,3	5,87	0,33	37,91
Итого за день		54,33	36,98	62,35	2,73	204,93	1577,47	477,2	262,7	890,5	12,9	366,9	825,07	7,33	0,53	39,44

Запроизводством:

Р.М.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

О.В.

(Кузьмина О.В.)