

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

МЕНЮ на 12.03.2025 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.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,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
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.	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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
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'		23,19	17,67	26,44	0,84	74,97	622,93	252,5	68,63	376,2	6,91	241,3	409,77	1,87	0,22	45,15
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	80	0,90	0,00	3,62	0,06	3,32	47,48	43,54	16,26	34,4	0,59	0	124,78	2,1	0,02	8,79
Свекольник №70 сб.2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97
Печень по-строгановски №130, сб.2021	90	12,99	13,45	9,14	0,00	2,31	143,70	16,08	13,57	209,7	4,54	3254	21,3	0,1	0,12	3,46
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	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
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	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.	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'		27,35	13,69	22,54	0,36	102,85	700,16	108,9	203,1	527,2	11,8	3291	362,17	3,43	0,51	16,22
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом №5.2 сб.2021	100	7,04	1,82	8,18	0,00	38,32	252,51	26,11	20,22	80,71	1,07	47,87	829,38	0,41	0,08	0,32
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 'Полдник'		8,59	3,27	9,63	0,00	49,68	314,91	79,18	26,31	119,9	1,14	53,87	840,38	0,41	0,1	0,58
Ужин																
Икра морковная №46, сб. 2021	60	1,15	0,00	4,63	0,00	7,04	71,27	18,62	23,81	38,02	0,58	0	1154,16	2,43	0,03	1,39
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	11,42	5,33	17,04	0,00	38,52	353,82	211,6	19,4	168,2	1,01	120,7	134,67	1,09	0,08	0,14
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
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 'Ужин'		13,07	5,33	21,83	0,07	72,55	530,87	236,5	48,05	218,3	2,37	120,7	1290,14	3,65	0,13	2,53
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 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 '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		78,34	45,08	86,22	1,41	313,86	2303,79	891,8	375,1	1420	22,6	3742	2942,06	9,54	1,03	65,72

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

Медсестра О.В. Кузьмина (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.03.2025 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	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
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.	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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
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'		27,66	20,62	31,12	1,03	87,40	732,41	275,9	77,08	434,3	7,73	287,2	486,23	2,31	0,27	45,19
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	0,76	0,00	4,49	0,02	3,05	53,77	28,71	13,06	33,86	0,52	0	52,46	2,38	0,02	5,57
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97
Печень по-строгановски №130, сб.2021	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. 2021	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
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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.	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 '		30,89	15,25	26,13	0,41	116,28	797,57	106,4	227,3	595,5	13,3	3659	342,53	3,95	0,58	14,37
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом №5.2 сб.2021	150	10,56	2,73	12,27	0,00	57,49	378,76	39,17	30,33	121,1	1,61	71,81	1244,08	0,62	0,13	0,47
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 'Полдник'		12,11	4,18	13,72	0,00	68,84	441,17	92,24	36,42	160,2	1,68	77,81	1255,08	0,62	0,14	0,73
Ужин																
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
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	220	12,56	5,86	18,74	0,00	42,38	389,20	232,7	21,34	185	1,11	132,7	148,13	1,2	0,08	0,15
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0
Итого за 'Ужин'		15,22	5,86	26,67	0,12	82,63	620,87	271,3	67,59	266,3	3	132,7	2073,08	5,43	0,16	3,47
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		92,55	51,03	103,48	1,75	372,31	2742,98	962	439,5	1641	26,3	4192	4196,51	12,58	1,23	65

Запроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.03.2025 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	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
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.	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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Завтрак'		20,35	17,67	26,06	0,46	40,64	472,55	234,4	56,6	347,8	3,81	241,3	409,77	1,37	0,18	41,15
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	80	0,90	0,00	3,62	0,06	3,32	47,48	43,54	16,26	34,4	0,59	0	124,78	2,1	0,02	8,79
Свекольник №70 сб.2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97
Печень по-строгановски №130, сб.2021	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. 2021	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
Кисель из концентрата на фруктовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	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.	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'		28,87	15,19	23,57	0,38	103,62	718,49	111,2	205,2	552,5	12,3	3653	364,55	3,45	0,52	16,61
Итого за день		49,22	32,86	49,63	0,84	144,26	1191,04	345,6	261,8	900,2	16,1	3894	774,31	4,82	0,7	57,76

Завпроизводством: Р- (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра О (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.03.2025 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
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.	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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Завтрак'		23,64	20,62	30,61	0,53	44,51	542,05	255	61,96	395,8	4,41	287,2	486,23	1,61	0,2	41,19
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97
Печень по-строгановски №130, сб.2021	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. 2021	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
Кисель из концентрата на фруктовых или ягодных экстрактах №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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
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
Итого за 'Обед'		32,01	15,25	26,28	0,56	122,28	826,30	134,9	238,4	616,1	13,8	3659	446,08	4,33	0,6	19,8
Итого за день		55,65	35,87	56,90	1,09	166,79	1368,35	389,8	300,4	1012	18,2	3946	932,3	5,94	0,8	60,99

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)