

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

МЕНЮ на 12.05.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	200	4,66	1,40	6,86	0,00	39,61	235,90	65,42	29,2	106,5	0,72	39,87	44,81	0,21	0,09	0,19
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	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
Итого за 'Завтрак'		10,43	1,44	15,75	0,81	99,77	575,10	94,39	56,6	173,5	4,75	97,69	110,11	1,29	0,21	4,19
Обед																
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	200/10	1,60	0,21	4,31	0,16	8,53	76,80	32,5	15,88	37,91	0,58	30,88	195,62	0,18	0,04	9,61
Котлеты № 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
Соус томатный №248, сб. 2021	30	0,37	0,01	1,40	0,00	2,19	22,73	1,76	2,69	5,01	0,12	6,73	61,01	0,09	0,01	0,82
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	160	5,65	0,02	3,76	0,00	36,43	201,67	9,57	7,58	41,96	0,77	15,31	28,24	0,86	0,07	0
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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.	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'		25,96	14,11	16,50	0,87	124,31	729,47	116,7	82,77	273,3	4,06	55,51	409,44	3,11	0,24	10,8
Полдник																
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
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	158	0,63	0,00	0,63	0,63	18,33	76,91	25,28	14,22	17,38	3,48	0	7,9	0,32	0,05	15,8
Итого за 'Полдник'		8,59	5,16	13,75	0,63	49,21	351,50	237	38,92	185	3,65	35,28	47,5	0,32	0,1	17,03
Ужин																
Салат "Мишат" №35, сб.2021	80	1,33	0,85	6,68	0,00	6,38	88,60	16,88	14,39	30,6	0,99	10	685,67	3,17	0,02	2
Жаркое по-домашнему с курицей ТТК	200	14,89	13,14	16,84	5,85	20,34	290,75	25,04	37,91	172,2	2,09	27,13	67,32	3,2	0,12	3,92
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 сыром №2, сб.2021г.	30/20	3,71	3,44	3,53	0,05	1,75	53,93	132,1	9,16	85,04	0,26	27,44	31,78	0,11	0,01	0,09
Итого за 'Ужин'		23,21	20,32	30,18	5,90	42,82	528,36	282,6	82,51	379,9	3,91	76,57	806,83	6,49	0,18	6,53
второй ужин																
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 'второй ужин'		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 день		73,93	47,15	82,10	8,21	325,11	2295,69	953,1	286,5	1177	16,6	290,3	1420,24	11,21	0,79	39,65

Зав.производством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 12.05.2025 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																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	240	5,59	1,67	8,23	0,00	47,53	283,08	78,51	35,04	127,8	0,87	47,85	53,77	0,26	0,11	0,23
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	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
Итого за 'Завтрак'		11,36	1,72	17,12	0,81	107,69	622,28	107,5	62,44	194,8	4,89	105,7	119,07	1,34	0,22	4,23
Обед																
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	250/10	2,00	0,26	5,39	0,20	10,66	96,00	40,62	19,86	47,39	0,73	38,6	244,52	0,22	0,06	12,01
Котлеты № 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
Соус томатный №248, сб. 2021	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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'		28,74	14,17	18,71	1,11	141,84	829,57	131,1	95,05	306,8	4,73	67,38	482,21	3,55	0,3	13,47
Полдник																
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
Печенье сб.2021ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	158	0,63	0,00	0,63	0,63	18,33	76,91	25,28	14,22	17,38	3,48	0	7,9	0,32	0,05	15,8
Итого за 'Полдник'		8,59	5,16	13,75	0,63	49,21	351,50	237	38,92	185	3,65	35,28	47,5	0,32	0,1	17,03
Ужин																
Салат "Мишат" №35, сб.2021	100	1,66	1,06	8,35	0,00	7,98	110,75	21,1	17,98	38,25	1,24	12,5	857,08	3,97	0,03	2,5
Жаркое по-домашнему с курицей ТТК	230	17,12	15,11	19,37	6,73	23,39	334,36	28,8	43,59	198,1	2,4	31,2	77,42	3,68	0,13	4,51
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 сыром №2, сб.2021г.	70/30	3,71	3,44	3,53	0,05	1,75	53,93	132,1	9,16	85,04	0,26	27,44	31,78	0,11	0,01	0,09
Итого за 'Ужин'		25,77	22,51	34,38	6,78	47,47	594,13	290,6	91,79	413,3	4,47	83,14	988,35	7,77	0,21	7,62
второй ужин																
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 'второй ужин'		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 день		80,21	49,67	89,88	9,33	355,21	2508,73	988,6	313,9	1265	17,9	316,8	1683,49	12,97	0,89	43,45

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 12.05.2025 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																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	150	3,83	1,39	5,55	0,00	32,34	192,00	63,65	23,51	90,29	0,55	31,9	35,84	0,17	0,07	0,19
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	158	0,63	0,00	0,63	0,63	18,33	76,91	25,28	14,22	17,38	3,48	0	7,9	0,32	0,05	15,8
Итого за 'Завтрак'		9,24	1,44	14,87	1,24	90,23	521,64	103,9	57,14	160,7	5,25	89,72	109,04	1,37	0,21	15,99
Обед																
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021 г.	200/10	1,60	0,21	4,31	0,16	8,53	76,80	32,5	15,88	37,91	0,58	30,88	195,62	0,18	0,04	9,61
Котлеты № 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
Соус томатный №248, сб. 2021	30	0,37	0,01	1,40	0,00	2,19	22,73	1,76	2,69	5,01	0,12	6,73	61,01	0,09	0,01	0,82
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	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.	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
Печенье сб.2021 ТК № 7	40	2,85	0,05	7,47	0,00	23,82	171,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед '		27,49	14,16	23,79	0,93	116,09	780,17	96,52	67,61	249,9	5,96	54,55	291,07	2,05	0,23	14,48
Итого за день		36,72	15,59	38,66	2,17	206,31	1301,81	200,4	124,8	410,6	11,2	144,3	400,11	3,42	0,44	30,47

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

