

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

МЕНЮ на 13.02.2025 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																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	6,21	25,89	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81
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'		12,77	4,17	17,66	0,86	96,98	588,31	214,1	86,42	263,1	4,96	111,6	1742,11	1,56	0,21	5,55
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	80	1,53	0,00	2,07	0,09	9,15	57,55	19,67	19,8	46,73	0,65	0	329,35	0,15	0,08	9,81
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Куры отварные №132, сб.2021	100	26,06	27,66	24,62	0,00	0,44	327,31	22,58	24,33	220,4	2,15	63,84	109,44	0,77	0,08	1,27
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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
Итого за 'Обед'		35,58	27,93	33,72	0,34	73,21	722,00	154,6	103,4	403,8	5,34	72,44	698,48	4,18	0,33	61,05
Полдник																
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	150	23,36	20,85	17,02	0,02	31,52	374,02	197	31,55	256,4	0,9	110	126,86	0,74	0,08	0,38
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		23,44	20,85	17,04	0,04	31,58	374,62	197	31,55	256,4	0,9	110	126,86	0,74	0,08	0,38
Ужин																
Салат "Школьный" №32, сб.2021	60	1,04	0,00	4,44	0,00	5,94	64,56	20,04	12,52	27,2	0,68	0	5,54	2,26	0,02	2,75
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	180	14,09	11,60	15,38	5,40	20,63	275,42	21,22	41,94	190	2,83	0	11,63	2,87	0,14	8,67
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.	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
Итого за 'Ужин'		17,00	11,60	20,08	5,66	58,70	473,50	47,95	63,23	242	4,15	0	17,22	5,46	0,21	11,42
Второй ужин																
Банан сб.2021г. ТК № 5	200	3,00	0,00	1,00	1,00	45,40	191,00	16	84	56	1,2	0	40	0,8	0,08	20
Итого за 'Второй ужин'		3,00	0,00	1,00	1,00	45,40	191,00	16	84	56	1,2	0	40	0,8	0,08	20
Итого за день		91,79	64,54	89,49	7,90	305,87	2349,43	629,6	368,6	1221	16,6	294	2624,68	12,74	0,9	98,41

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

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 13.02.2025 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	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
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'		13,02	4,17	17,68	0,88	98,53	594,79	219	93,32	273,1	5,09	111,6	2145,11	1,64	0,22	5,75
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2021	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
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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.	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'		43,53	33,53	40,73	0,51	90,20	881,77	185,9	127,8	495,3	6,63	87,35	862,81	5,14	0,41	71,45
Полдник																
Запеканка из творога с молочным соусом №239 сб. 2021	180	28,04	25,01	20,42	0,02	37,83	448,82	236,3	37,86	307,7	1,08	132	152,23	0,89	0,09	0,46
Чай №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		28,11	25,01	20,44	0,04	37,88	449,42	236,3	37,86	307,7	1,08	132	152,23	0,89	0,09	0,46
Ужин																
Салат "Школьный" №32, сб.2021	100	1,74	0,00	7,40	0,00	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	220	17,22	14,17	18,80	6,60	25,21	336,63	25,93	51,26	232,2	3,46	0	14,21	3,5	0,17	10,6
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
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.	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'		26,66	20,28	32,40	6,87	56,78	615,44	288,5	107,1	469,3	5,41	25,28	69,87	7,62	0,32	16,28
второй ужин																
Банан сб.2021г. ТК № 5	250	3,75	0,00	1,25	1,25	56,75	238,75	20	105	70	1,5	0	50	1	0,1	25
Итого за 'второй ужин'		3,75	0,00	1,25	1,25	56,75	238,75	20	105	70	1,5	0	50	1	0,1	25
Итого за день		115,07	83,00	112,51	9,56	340,15	2780,16	949,7	471,1	1615	19,7	356,2	3280,02	16,3	1,14	118,9

Завпроизводством: Зел (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 13.02.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48
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 с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	80	1,00	0,00	0,08	0,08	6,21	25,89	19,59	27,57	39,9	0,51	0	1612	0,32	0,03	0,81
Итого за 'Завтрак'		11,77	4,17	17,46	0,66	76,38	501,83	200,1	78,42	249,1	2,16	111,6	1742,11	1,36	0,19	1,55
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	80	1,53	0,00	2,07	0,09	9,15	57,55	19,67	19,8	46,73	0,65	0	329,35	0,15	0,08	9,81
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Куры отварные №132, сб.2021	100	26,06	27,66	24,62	0,00	0,44	327,31	22,58	24,33	220,4	2,15	63,84	109,44	0,77	0,08	1,27
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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
Итого за 'Обед'		35,58	27,93	33,72	0,34	73,21	722,00	154,6	103,4	403,8	5,34	72,44	698,48	4,18	0,33	61,05
Итого за день		47,35	32,10	51,18	1,01	149,59	1223,83	354,6	181,8	652,9	7,5	184	2440,6	5,54	0,52	62,6

Запроизводством: Х (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 13.02.2025 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																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
Итого за 'Завтрак'		12,02	4,17	17,48	0,68	77,93	508,31	205	85,32	259,1	2,29	111,6	2145,11	1,44	0,2	1,75
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2021	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2021	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2021	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
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
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
Итого за 'Обед'		43,69	33,53	40,76	0,54	91,23	886,51	186,8	128,9	499,2	6,72	87,35	862,83	5,17	0,41	71,45
Итого за день		55,71	37,70	58,24	1,22	169,16	1394,81	391,7	214,2	758,3	9,01	198,9	3007,95	6,62	0,62	73,21

Завпроизводством: Хе (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)