

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

МЕНЮ на 14.05.2025 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	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,86	14,75	22,44	0,00	2,46	266,85	94,49	15,9	211,2	2,38	229,2	382,11	0,79	0,07	0,2
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.	255	0,63	0,00	0,14	0,14	7,22	31,19	23,84	9,12	16,13	0,21	0	5,61	0,14	0,03	42,08
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'		21,87	17,65	26,30	0,73	64,86	575,84	249,9	67,01	367,4	6,75	241,2	409,79	1,66	0,21	46,8
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	2,01	0,25	4,19	0,14	14,19	98,05	33,48	22,73	53,1	1,13	20,33	202,33	0,23	0,05	3,98
Бефстроганов №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	45	2,32	0,00	0,29	0,29	15,17	72,18	6,76	9,7	25,58	0,59	0	0	0,39	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'		34,96	15,97	30,02	0,54	102,72	798,51	119,6	203	447,9	9,19	51,9	573,15	3,9	0,4	13,95
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																
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,07	5,06	15,55	0,00	31,71	307,74	199,7	17,36	153,9	0,85	110,7	123,58	0,92	0,06	0,13
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,10	0,00	0,09	0,00	24,58	94,56	4,35	2,07	2,53	0,57	0	1,32	0,05	0,01	1,06
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'		11,46	5,06	15,87	0,23	63,01	434,89	217,3	38,31	186,9	2,37	110,7	231,36	1,62	0,13	21,19
второй ужин																
Кефир №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
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'		5,30	4,26	4,83	0,13	12,62	117,78	179,4	24,89	151	0,41	29,4	33	0,17	0,07	1,03
Итого за день		82,17	46,21	86,66	1,63	292,89	2241,94	845,4	359,5	1273	19,9	487,1	2087,69	7,77	0,9	83,54

Зав. производством — Фт./Хурмагуллина Р.И./
медсестра : Фт./Хурмагуллина О.В./

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

МЕНЮ на 14.05.2025 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	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,64	17,69	26,93	0,00	2,95	320,22	113,4	19,08	253,4	2,85	275	458,53	0,95	0,08	0,24
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.	255	0,63	0,00	0,14	0,14	7,22	31,19	23,84	9,12	16,13	0,21	0	5,61	0,14	0,03	42,08
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'		25,67	20,59	30,92	0,86	72,09	661,29	271,8	74,5	421	7,48	287	486,21	1,99	0,24	46,84
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	2,01	0,25	4,19	0,14	14,19	98,05	33,48	22,73	53,1	1,13	20,33	202,33	0,23	0,05	3,98
Бефстроганов №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07
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
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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'		37,24	15,97	32,07	0,60	114,75	871,31	134,4	235,1	499,9	10,4	56,68	609,93	4,61	0,47	16,15
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																
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	230	12,87	6,46	19,87	0,00	40,52	393,23	255,1	22,18	196,6	1,08	141,5	157,91	1,17	0,08	0,17
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,10	0,00	0,09	0,00	24,58	94,56	4,35	2,07	2,53	0,57	0	1,32	0,05	0,01	1,06
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'		14,72	6,46	20,28	0,32	74,39	532,67	276,9	48,86	240,6	2,93	141,5	292,33	2,06	0,16	26,23
второй ужин																
Кефир №297 сб. 2021	150	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		95,89	52,33	102,77	1,91	343,87	2641,36	990,1	423,9	1501	22,9	598,3	2683,15	9,46	1,09	91,18

Зав. производством ЗП- /Хурмагулина Р.М./
Мерсера ЗП- /Хурмагулина О.В./

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 14.05.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,86	14,75	22,44	0,00	2,46	266,85	94,49	15,9	211,2	2,38	229,2	382,11	0,79	0,07	0,2
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.	255	0,63	0,00	0,14	0,14	7,22	31,19	23,84	9,12	16,13	0,21	0	5,61	0,14	0,03	42,08
Итого за 'Завтрак'		20,35	17,65	26,04	0,47	40,89	473,32	234,4	56,85	347,7	3,81	241,2	409,79	1,37	0,18	42,8
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	60	0,68	0,00	2,72	0,04	2,49	35,61	32,66	12,2	25,8	0,44	0	93,59	1,57	0,01	6,59
Свекольник №70 сб.2021	200	2,01	0,25	4,19	0,14	14,19	98,05	33,48	22,73	53,1	1,13	20,33	202,33	0,23	0,05	3,98
Бефстроганов №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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'		34,04	15,97	29,03	0,44	97,35	764,95	106,9	196,2	432,7	8,89	51,9	541,97	3,27	0,39	11,75
Итого за день		54,39	33,61	55,07	0,91	138,24	1238,27	341,3	253,1	780,4	12,7	293,1	951,76	4,64	0,56	54,55

Запроизводством:



(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра



(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 14.05.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,64	17,69	26,93	0,00	2,95	320,22	113,4	19,08	253,4	2,85	275	458,53	0,95	0,08	0,24
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.	255	0,63	0,00	0,14	0,14	7,22	31,19	23,84	9,12	16,13	0,21	0	5,61	0,14	0,03	42,08
Итого за 'Завтрак'		23,64	20,59	30,59	0,53	44,75	542,73	254,8	62,19	395,6	4,42	287	486,21	1,62	0,2	42,84
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	2,01	0,25	4,19	0,14	14,19	98,05	33,48	22,73	53,1	1,13	20,33	202,33	0,23	0,05	3,98
Бефстроганов №94, сб.2021	100	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07
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
Напиток лимонный №313, сб. 2021	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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.	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'		37,40	15,97	32,10	0,63	115,77	876,05	135,3	236,2	503,8	10,5	56,68	609,96	4,64	0,47	16,15
Итого за день		61,04	36,57	62,70	1,16	160,53	1418,78	390,1	298,4	899,4	14,9	343,7	1096,17	6,26	0,67	58,99

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)