

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

МЕНЮ на 16.05.2025 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	B1, мг	C, мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	8,21	3,91	10,29	0,00	35,59	265,66	168,1	46,77	188	1,14	73,73	82,49	0,31	0,16	0,29
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 с сыром №4, сб.2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
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'		21,77	11,97	19,36	0,72	97,51	644,25	498,7	103,9	457	5,7	126,9	152,16	1,29	0,3	4,95
Обед																
Маринад овощной №50, сб.2021	80	1,24	0,00	7,11	0,00	10,83	108,39	21,05	25,57	41,99	0,62	0	1300	3,87	0,04	2,96
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	200	1,68	0,21	4,36	0,21	10,37	85,12	24,12	17,01	43,32	0,62	30,88	198,58	0,18	0,06	6,83
Филе горбуши припущенное №79, сб.2021	100	16,63	16,31	0,62	0,00	1,83	78,99	22,15	26,99	147,5	0,56	8,5	106,33	1,09	0,08	0,6
Рис отварной № 187, 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	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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'		26,90	16,56	18,53	0,65	116,82	721,63	145	135,9	377,5	4,2	79,2	1766,63	7,12	0,28	10,56
Полдник																
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5
Вафли сб.2021	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0
Итого за 'Полдник'		7,60	6,11	7,99	0,74	62,63	339,08	258,5	46,31	199,7	4,85	26,08	56,8	0,65	0,13	19,6
Ужин																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01
Запеканка капустная с маслом №163, сб. 2021	180	7,39	1,37	16,97	0,00	28,60	290,09	87,6	32,83	91,59	1,61	81,03	108,62	4,55	0,08	49,14
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	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 'Ужин'		12,35	2,90	25,66	0,25	57,60	499,91	112,4	58,47	173,9	2,91	99,03	457,94	8,61	0,19	52,27
Итого за день		68,62	37,53	71,55	2,37	334,56	2204,87	1015	344,5	1208	17,7	331,2	2433,54	17,67	0,9	87,37

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Уфимская КШИ
Б.Р.
Наименование б.

МЕНЮ на 16.05.2025 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угледо- 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																	
Каша пшенинная молочная жидкая №208, сб. 2021	220	9,03	4,30	11,32	0,00	39,15	292,22	184,9	51,45	206,7	1,26	81,11	90,74	0,34	0,17	0,32	
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	
Какао с молоком № 306, сб.2021																	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14	
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'		22,59	12,36	20,39	0,72	101,07	670,81	515,5	108,5	475,8	5,81	134,3	160,41	1,32	0,31	4,98	
Маринад овощной №50, сб.2021	100	1,55	0,00	8,89	0,00	13,54	135,49	26,31	31,96	52,49	0,77	0	1625	4,83	0,05	3,7	
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	2,11	0,26	5,45	0,26	12,96	106,40	30,15	21,26	54,14	0,78	38,6	248,22	0,23	0,08	8,53	
Филе горбуши припущенное №79, сб.2021	110	18,32	17,94	0,68	0,00	2,17	87,68	24,47	29,97	162,6	0,63	9,35	119,36	1,21	0,09	0,71	
Рис отварной № 187, сб. 2021	200	4,98	0,04	7,98	0,00	52,48	302,46	42,33	36,29	109	1	53,1	58,77	0,38	0,05	0	
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	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.	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 "		31,17	18,25	23,53	0,79	139,46	872,72	171,1	161,3	448,7	5,01	101,1	2169,01	8,45	0,34	13,12	
Полдник																	
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	
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5	
Вафли сб.2021	40	1,12	0,00	1,32	0,00	32,16	137,78	6,4	4	14,4	0,6	0,8	1,2	0,28	0,01	0	
Итого за 'Полдник'		7,60	6,11	7,99	0,74	62,63	339,08	258,5	46,31	199,7	4,85	26,08	56,8	0,65	0,13	19,6	
Ужин																	
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51	
Запеканка капустная с маслом №163, сб. 2021	200	8,25	1,52	18,86	0,00	31,93	323,07	97,48	36,85	102,3	1,8	90,03	122,93	5,06	0,09	54,94	
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	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.	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 'Ужин'		14,16	3,43	29,69	0,30	64,29	568,44	127,5	68,25	204,5	3,41	112,5	559,56	10,1	0,22	58,57	
Итого за день		75,52	40,15	81,61	2,55	367,46	2451,06	1073	384,4	1329	19,1	373,9	2945,79	20,52	1,01	96,26	

Pr-

(Хурматуллина Р.М.)

K

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.05.2025 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	6,16	2,93	7,72	0,00	26,69	199,24	126,1	35,08	141	0,86	55,3	61,87	0,23	0,12	0,22
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 с сыром №4, сб.2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5
Итого за 'Завтрак'		19,46	10,99	17,33	1,26	89,48	581,41	472,3	100,8	416,4	6,68	108,5	140,79	1,38	0,29	19,37
Обед																
Маринад овощной №50, сб.2021	60	0,93	0,00	5,33	0,00	8,13	81,29	15,78	19,17	31,49	0,46	0	975	2,9	0,03	2,22
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	200	1,68	0,21	4,36	0,21	10,37	85,12	24,12	17,01	43,32	0,62	30,88	198,58	0,18	0,06	6,83
Филе горбуши припущенное №79, сб.2021	90	14,77	14,68	0,56	0,00	0,74	66,63	19,3	22,72	130,9	0,42	7,65	82,2	0,94	0,07	0,23
Рис отварной № 187, 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	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
Вафли сб.2021-92	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0
Итого за 'Обед '		25,05	14,93	17,61	0,59	133,77	769,46	140,2	126,1	355,5	4,23	78,95	1418,4	6,12	0,26	9,46
Итого за день		44,51	25,91	34,94	1,85	223,24	1350,87	612,5	226,9	771,9	10,9	187,4	1559,19	7,51	0,55	28,83

Завпроизводством: Х (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.05.2025 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,39	3,52	9,26	0,00	32,03	239,09	151,3	42,1	169,2	1,03	66,36	74,24	0,28	0,14	0,26
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 с сыром №4, сб.2021г	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5
Итого за 'Завтрак'		20,69	11,57	18,87	1,26	94,81	621,26	497,5	107,8	444,6	6,85	119,5	153,16	1,43	0,32	19,42
Обед																
Маринад овощной №50, сб.2021	100	1,55	0,00	8,89	0,00	13,54	135,49	26,31	31,96	52,49	0,77	0	1625	4,83	0,05	3,7
Суп из овощей №67, сб.2014 г.	250	2,11	0,26	5,45	0,26	12,96	106,40	30,15	21,26	54,14	0,78	38,6	248,22	0,23	0,08	8,53
Филе горбуши припущенное №79, сб.2021	110	18,32	17,94	0,68	0,00	2,17	87,68	24,47	29,97	162,6	0,63	9,35	119,36	1,21	0,09	0,71
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
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	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.	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
Вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0
Итого за 'Обед '		31,51	18,25	23,73	0,79	158,33	945,81	171,7	160,7	448,6	5,36	96,34	2164,04	8,62	0,35	13,12
Итого за день		52,20	29,82	42,60	2,05	253,15	1567,07	669,2	268,5	893,2	12,2	215,9	2317,2	10,05	0,66	32,54

Завпроизводством: ЛР (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Х (Кузьмина О.В.)