

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

МЕНЮ на 16.09.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2025	150	5,40	2,11	6,20	0,00	27,63	180,15	97,49	26,41	133,1	1,34	46,16	26,68	0,04	0,1	0,38
Какао с молоком № 306, сб.2025	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.2025г.	70/20	8,77	5,15	5,67	0,46	23,60	180,99	206,5	25,87	157,4	1,05	41,16	47,6	0,69	0,08	0,14
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	60	1,00	0,00	4,79	0,00	6,55	69,42	24,25	13,99	27,51	0,89	0	1,41	2,26	0,01	1,41
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.2025г.	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 'Завтрак'		20,48	10,16	20,12	0,79	99,47	644,20	453,8	99,65	435,3	6,91	99,32	97,76	3,37	0,26	6,45
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2025	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
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	2,20	0,01	1,73	0,38	18,83	97,92	16,08	21,84	56,92	0,78	6,8	178,54	0,2	0,07	6,2
Тефтели рыбные № 87, сб.2025	100	11,24	9,34	8,23	0,00	15,92	181,05	38,03	27,31	111,6	0,74	7,4	0	0	0,06	2,05
Картофель тушеный №146, сб. 2025	160	3,33	0,06	9,83	0,00	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92
Компот из апельсинов №308, сб. 2025	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.2025г.	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.2025г.1	30	2,23	0,00	0,26	0,26	13,79	67,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		21,91	9,41	23,97	0,90	107,19	721,24	144,2	115,4	324,6	4,14	59,51	726,67	3,08	0,34	42,76
Полдник																
Суфле творожное запеченное со сметаной №435 сб. основное	150	8,22	6,80	8,51	0,21	21,88	196,30	70,99	11,38	90,96	0,53	56,11	85,29	0,5	0,04	0,09
Чай №300, сб. 2025	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'		8,30	6,80	8,52	0,23	21,93	196,89	70,99	11,38	90,96	0,53	56,11	85,29	0,5	0,04	0,09
Ужин																
Макаронник с мясом №124 сб.2025	160	16,17	12,31	15,21	0,00	28,49	314,26	19,92	22,67	132,5	1,48	66,43	106,21	0,9	0,07	0,22
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	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
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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
Салат из белокочанной капусты №16, сб.2025	100	2,16	0,00	4,52	0,02	13,27	96,36	54,05	20,26	40,52	0,74	0	203,38	2,37	0,03	20,85
Итого за 'Ужин'		21,15	13,76	21,36	0,19	61,39	512,21	131,3	55,06	229,4	2,69	72,43	320,62	3,5	0,15	21,33
второй ужин																
Йогурт №297 сб. 2025	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 ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	20	1,49	0,00	0,18	0,18	9,19	45,09	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин'		6,61	5,12	5,82	0,18	16,25	147,93	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23
Итого за день		78,44	45,26	79,80	2,29	306,23	2222,48	1012	306,2	1248	14,5	322,7	1269,94	10,45	0,84	71,87

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.09.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2025	180	6,48	2,53	7,44	0,00	33,15	216,17	117	31,7	159,7	1,6	55,39	32,01	0,05	0,12	0,46
Какао с молоком № 306, сб.2025	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.2025г	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
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	80	1,34	0,00	6,39	0,00	8,73	92,57	32,34	18,66	36,68	1,19	0	1,88	3,02	0,01	1,88
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.2025г.	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 'Завтрак'		22,41	10,59	23,03	0,85	110,55	719,41	482,9	111,8	476,8	7,61	108,6	103,57	4,22	0,29	6,99
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2025	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
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГТ	250	2,74	0,01	2,16	0,48	23,54	122,40	20,1	27,3	71,15	0,98	8,5	223,17	0,25	0,09	7,75
Тефтели рыбные № 87, сб.2025	120	13,49	11,21	9,88	0,00	19,11	217,26	45,63	32,78	133,9	0,89	8,88	0	0	0,08	2,46
Картофель тушеный №146, сб. 2025	180	3,74	0,07	11,06	0,00	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
Компот из апельсинов №308, сб. 2025	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.2025г.	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.2025г.	50	3,72	0,00	0,44	0,44	22,98	112,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		27,36	11,29	28,42	1,25	131,81	880,56	171,3	137,2	387,2	4,94	68,35	854,9	3,8	0,4	48,53
Полдник																
Суфле творожное запеченное со сметаной №435 сб. основное	180	9,87	8,16	10,21	0,25	26,25	235,56	85,19	13,66	109,2	0,63	67,33	102,35	0,6	0,04	0,11
Чай №300, сб. 2025	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'		9,94	8,16	10,23	0,27	26,31	236,15	85,19	13,66	109,2	0,63	67,33	102,35	0,6	0,04	0,11
Ужин																
Макаронник с мясом №124 сб.2025	200	20,21	15,39	19,01	0,00	35,61	392,83	24,9	28,33	165,6	1,85	83,04	132,76	1,13	0,09	0,27
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	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 №1, сб.2025г.	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.2025г.	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
Салат из белокочанной капусты №16, сб.2025	100	2,16	0,00	4,52	0,02	13,27	96,36	54,05	20,26	40,52	0,74	0	203,38	2,37	0,03	20,85
Итого за 'Ужин'		26,03	16,84	25,29	0,32	73,93	616,29	139,5	65,18	275,9	3,38	89,04	347,22	3,88	0,19	21,38
второй ужин																
Йогурт №297 сб. 2025	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г	20	1,49	0,00	0,18	0,18	9,19	45,09	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин '		7,17	5,68	6,45	0,18	17,03	159,36	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Итого за день		92,91	52,56	93,41	2,87	359,63	2611,77	1114	355,2	1435	16,8	372,5	1452,04	12,49	0,98	78,4

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 16.09.2025 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	C,мг
Завтрак																
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2025	150	5,40	2,11	6,20	0,00	27,63	180,15	97,49	26,41	133,1	1,34	46,16	26,68	0,04	0,1	0,38
Какао с молоком № 306, сб.2025	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.2025г.	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
Йогурт №297 сб. 2025	100	2,84	2,84	3,14	0,00	3,92	57,13	117,6	13,72	93,1	0,1	19,6	22	0	0,03	0,69
Итого за 'Завтрак'		20,80	13,01	18,20	0,52	72,87	529,39	531,7	89,22	481,3	3,19	118,9	118,35	0,82	0,25	1,73
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2025	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
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	2,20	0,01	1,73	0,38	18,83	97,92	16,08	21,84	56,92	0,78	6,8	178,54	0,2	0,07	6,2
Тефтели рыбные № 87, сб.2025	100	11,24	9,34	8,23	0,00	15,92	181,05	38,03	27,31	111,6	0,74	7,4	0	0	0,06	2,05
Картофель тушеный №146, сб. 2025	160	3,33	0,06	9,83	0,00	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92
Компот из апельсинов №308, сб. 2025	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.2025г.	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.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		22,43	9,41	23,15	0,97	110,96	731,92	133,3	111,3	316	3,99	59,51	695,47	2,56	0,33	40,56
Итого за день		43,23	22,42	41,35	1,50	183,83	1261,31	664,9	200,5	797,3	7,18	178,4	813,82	3,38	0,58	42,29

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 16.09.2025 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	С,мг
Завтрак																
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2025	180	6,48	2,53	7,44	0,00	33,15	216,17	117	31,7	159,7	1,6	55,39	32,01	0,05	0,12	0,46
Какао с молоком № 306, сб.2025	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.2025г	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
Йогурт №297 сб. 2025	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
Итого за 'Завтрак'		23,30	14,85	21,01	0,52	80,35	593,99	610	101,4	554,4	3,5	138	134,69	0,83	0,28	2,14
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2025	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
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	2,74	0,01	2,16	0,48	23,54	122,40	20,1	27,3	71,15	0,98	8,5	223,17	0,25	0,09	7,75
Тефтели рыбные № 87, сб.2025	120	13,49	11,21	9,88	0,00	19,11	217,26	45,63	32,78	133,9	0,89	8,88	0	0	0,08	2,46
Картофель тушеный №146, сб. 2025	180	3,74	0,07	11,06	0,00	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
Компот из апельсинов №308, сб. 2025	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.2025г.	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.2025г.	70	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		28,85	11,29	28,60	1,43	141,01	925,65	171,3	137,2	387,2	4,94	68,35	854,9	3,8	0,4	48,53
Итого за день		52,15	26,14	49,61	1,95	221,36	1519,64	781,3	238,6	941,6	8,45	206,3	989,59	4,63	0,69	50,68

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)