

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

МЕНЮ на 17.03.2025 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 манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	152	0,61	0,00	0,61	0,61	17,63	73,99	24,32	13,68	16,72	3,34	0	7,6	0,3	0,05	15,2
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'		13,64	5,30	18,30	1,40	106,46	633,82	253,5	67,35	245,1	7,76	109,3	121,58	1,42	0,24	20,12
Обед																
Икра свекольная № 47, сб.2021	80	1,62	0,00	5,72	0,00	10,48	95,06	28,81	18,93	38,69	1,13	0	28,42	3,01	0,02	2,8
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	6,08	4,64	0,51	0,41	12,32	76,62	19,63	22,93	93,6	0,73	1,5	21,51	0,41	0,08	4,96
Плов из говядины №120, сб.2021	200	17,51	13,62	18,37	0,00	42,34	403,80	18,73	48,49	224,6	2,68	40,12	452,24	0,72	0,06	0,22
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.	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'		27,60	18,26	24,91	0,73	100,64	725,03	75,38	101,3	387,3	5,31	41,62	502,22	4,55	0,21	7,98
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
Печенье сб.2021ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	102	0,30	0,00	0,23	0,23	9,95	38,52	14,44	9,12	12,16	1,75	0	1,52	0,3	0,02	3,8
Итого за 'Полдник'		7,47	6,13	9,90	0,23	30,88	235,64	236,9	34,78	177,1	1,93	25,28	47,87	0,3	0,08	4,9
Ужин																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	180	3,68	0,01	4,94	0,34	24,22	150,99	53,01	34,57	78,81	1,35	12,69	62,66	1,65	0,1	22,31
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 №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
Итого за 'Ужин'		22,42	14,40	17,00	0,81	71,85	520,04	171	88,18	311,7	3,45	26,84	104,75	6,7	0,29	30,7
второй ужин																
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
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 'второй ужин'		5,44	5,12	5,70	0,06	9,10	112,32	213,4	27	175,3	0,37	35,28	39,65	0,07	0,06	1,23
Итого за день		76,57	49,21	75,82	3,22	318,93	2226,85	950,2	318,6	1297	18,8	238,4	816,07	13,05	0,88	64,94

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 17.03.2025 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																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	152	0,61	0,00	0,61	0,61	17,63	73,99	24,32	13,68	16,72	3,34	0	7,6	0,3	0,05	15,2
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'		14,54	5,74	19,51	1,40	111,04	666,21	272,4	70,17	261,7	7,83	117,2	126,91	1,43	0,25	20,2
Обед																
Икра свекольная № 47, сб.2021	100	2,03	0,00	7,14	0,00	13,10	118,82	36,02	23,66	48,37	1,41	0	35,52	3,76	0,03	3,5
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,60	5,80	0,63	0,52	15,39	95,77	24,54	28,66	117	0,91	1,87	26,89	0,51	0,1	6,21
Плов из говядины №120, сб.2021	230	20,14	15,67	21,13	0,00	48,69	464,37	21,54	55,76	258,3	3,08	46,14	520,08	0,82	0,07	0,25
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.	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'		32,83	21,47	29,32	0,93	117,08	849,29	92,66	122,3	463,6	6,4	48,01	582,56	5,64	0,26	9,96
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
Печенье сб.2021ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	102	0,30	0,00	0,23	0,23	9,95	38,52	14,44	9,12	12,16	1,75	0	1,52	0,3	0,02	3,8
Итого за 'Полдник'		7,47	6,13	9,90	0,23	30,88	235,64	236,9	34,78	177,1	1,93	25,28	47,87	0,3	0,08	4,9
Ужин																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	100	14,95	14,38	11,27	0,00	14,72	219,62	41,64	25,99	140	0,86	9,05	25,65	4,94	0,1	0,15
Гарнир овощной сложный, № 7.7 сб. 2021	200	4,09	0,01	5,48	0,38	26,92	167,77	58,9	38,41	87,57	1,5	14,1	69,62	1,84	0,11	24,79
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 №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
Итого за 'Ужин'		24,84	15,84	18,74	0,91	79,39	574,82	182,5	96,78	340,1	3,82	29,15	114,27	7,47	0,33	33,2
второй ужин																
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
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 'второй ужин'		5,60	5,12	5,73	0,09	10,12	117,05	214,3	28,15	179,2	0,46	35,28	39,68	0,11	0,07	1,23
Итого за день		85,28	54,30	83,20	3,56	348,50	2443,02	998,8	352,2	1422	20,4	255	911,3	14,94	0,98	69,49

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская Б

Наименование

Завтрак

Каша манная молочная жидкая

МЕНЮ на 17.03.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: Р. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 17.03.2025 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элемен ты (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	60/10	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
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
Итого за 'Завтрак'		17,19	10,01	23,40	0,59	78,68	591,44	410,5	69,07	370,6	1,83	146,6	152,31	0,93	0,23	2,03
Обед																
Икра свекольная № 47, сб.2021	100	2,03	0,00	7,14	0,00	13,10	118,82	36,02	23,66	48,37	1,41	0	35,52	3,76	0,03	3,5
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	250	7,60	5,80	0,63	0,52	15,39	95,77	24,54	28,66	117	0,91	1,87	26,89	0,51	0,1	6,21
Плов из говядины №120, сб.2021	230	20,14	15,67	21,13	0,00	48,69	464,37	21,54	55,76	258,3	3,08	46,14	520,08	0,82	0,07	0,25
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.	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'		33,83	21,47	29,52	1,13	117,70	859,85	106,2	130,3	477,6	9,14	48,01	582,56	5,84	0,28	13,96
Итого за день		51,02	31,48	52,92	1,72	196,39	1451,29	516,7	199,4	848,2	11	194,7	734,88	6,77	0,51	15,99

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.) Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)