

ГБОУ Уфимская КШИ № 1
Б.Р.Баев

Наименование блюда

МЕНЮ на 17.09.2025 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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2025	160	13,85	13,51	21,00	0,00	5,35	262,76	96,8	22,93	220,5	2,36	201,4	49,75	0,08	0,12	2,63
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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
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
Салат витаминный №21	60	0,89	0,00	2,73	0,00	7,70	56,06	21,62	11,05	18,34	0,55	0	301,91	1,45	0,02	3,8
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 ТК № 1	20	1,32	0,00	0,12	0,12	10,36	47,86	2,6	1,88	8,71	0,17	0	0	0,22	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		22,74	14,96	26,02	0,84	82,34	643,89	200,1	67,19	346,2	6,99	207,4	362,66	2,64	0,27	10,69
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2025	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
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2025	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Перец, фаршированный мясом говядины и рисом ТК № 33/8 сб. 2025г.	200	15,46	13,85	15,17	2,25	16,10	256,49	31,86	26,41	138,2	2,35	21	376	2,31	0,11	108,3
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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.	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'		27,23	17,58	27,65	2,71	106,59	763,38	65,8	67,35	259,2	4,24	50,33	899,46	6,53	0,28	115,6
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом №5.2 сб.2025	80	5,63	1,46	6,54	0,00	30,66	202,01	20,89	16,18	64,57	0,86	38,3	663,51	0,33	0,07	0,25
Ряженка №297 сб. 2025	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Банан сб.2025г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26
Итого за 'Полдник'		15,79	7,72	14,75	1,30	98,31	576,12	300,7	155,6	342,4	2,63	81,46	763,95	1,37	0,24	27,76
Ужин																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 годаТК № 8	60	0,57	0,00	4,89	4,89	2,61	55,71	11,1	10,2	20,5	0,45	0	42,9	2,35	0,03	10,5
Филе горбуши , запеченное с картофелем №90, сб.2025	200	14,21	12,56	9,37	0,22	18,02	211,76	31,36	8,4	103,2	0,86	28,49	90,07	0,69	0,06	0,03
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2025	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 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 'Ужин'		21,36	15,61	17,51	5,54	58,52	473,95	148,3	30,78	202	1,42	40,49	154,97	3,04	0,11	11,05
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	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
Итого за 'второй ужин'		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
Итого за день		92,87	61,97	91,86	10,39	354,78	2568,59	937,4	346,6	1315	15,5	405	2227,4	13,58	0,96	166,2

Ex -

(Хурматуллина Р.М.)

PK

—(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 17.09.2025 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	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №238, сб.2025	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0
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
Салат витаминный №21	70	1,04	0,00	3,18	0,00	8,99	65,40	25,22	12,89	21,39	0,64	0	352,23	1,69	0,02	4,44
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 ТК № 1	30	1,98	0,00	0,18	0,18	15,54	71,79	3,9	2,81	13,07	0,25	0	0	0,33	0,03	0
Итого за 'Завтрак'		26,31	16,65	29,29	1,03	96,21	742,08	220,1	77,15	392,5	7,72	232,6	419,2	3,17	0,32	11,65
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2025	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
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2025	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Перец, фаршированный мясом говядины и рисом ТК № 33/8 сб. 2025г.	220	17,01	15,23	16,68	2,48	17,71	282,14	35,05	29,05	152	2,59	23,1	413,6	2,54	0,12	119,1
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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
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'		32,91	19,49	30,44	3,31	131,94	912,01	76,74	81,04	302	5,06	55,26	980,65	7,08	0,35	127,7
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом №5.2 сб.2025	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
Ряженка №297 сб. 2025	200	6,95	6,95	7,67	0,00	9,59	139,79	287,7	33,57	227,8	0,24	47,95	53,83	0	0,07	1,68
Банан сб.2025г. ТК № 5	260	3,90	0,00	1,30	1,30	59,02	248,30	20,8	109,2	72,8	1,56	0	52	1,04	0,1	26
Итого за 'Полдник'		17,89	8,77	17,15	1,30	106,93	640,60	334,6	163	381,3	2,87	95,83	935,21	1,45	0,26	27,99
Ужин																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 года ТК № 8	100	0,95	0,00	8,14	8,14	4,35	92,86	18,5	17	34,16	0,75	0	71,5	3,92	0,05	17,5
Филе горбуши, запеченное с картофелем №90, сб.2025	230	16,34	14,45	10,77	0,25	20,72	243,52	36,06	9,66	118,6	0,98	32,77	103,58	0,79	0,07	0,04
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2025	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 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 'Ужин'		25,37	17,49	22,35	9,01	72,16	587,95	160,4	38,84	231,1	1,85	44,77	197,08	4,71	0,14	18,06
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	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
Итого за 'второй ужин'		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
Итого за день		108,23	68,52	105,16	14,64	416,26	2993,89	1014	385,7	1472	17,7	453,7	2578,49	16,42	1,12	186,5

Запроизводством: ЛС (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Кс (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 17.09.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2025	160	13,85	13,51	21,00	0,00	5,35	262,76	96,8	22,93	220,5	2,36	201,4	49,75	0,08	0,12	2,63
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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
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
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07
Итого за 'Завтрак'		19,68	14,96	26,48	0,39	47,20	496,15	187,7	56,68	318,2	3,94	207,4	463,3	2,53	0,22	7,96
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2025	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
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2025	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Перец, фаршированный мясом говядины и рисом ТК № 33/8 сб. 2025г.	200	15,46	13,85	15,17	2,25	16,10	256,49	31,86	26,41	138,2	2,35	21	376	2,31	0,11	108,3
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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'		27,97	17,58	27,74	2,80	111,19	785,93	65,8	67,35	259,2	4,24	50,33	899,46	6,53	0,28	115,6
Итого за день		47,65	32,54	54,22	3,19	158,39	1282,08	253,5	124	577,4	8,18	257,8	1362,76	9,06	0,5	123,5

Запроизводством: ЛС (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 17.09.2025 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																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2025	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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
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
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34
Итого за 'Завтрак'		22,23	16,65	30,08	0,46	53,81	563,72	208,5	65,39	357,5	4,55	232,6	570,15	3,11	0,25	9,56
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2025	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
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2025	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Перец, фаршированный мясом говядины и рисом ТК № 33/8 сб. 2025г.	220	17,01	15,23	16,68	2,48	17,71	282,14	35,05	29,05	152	2,59	23,1	413,6	2,54	0,12	119,1
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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.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'		33,88	19,49	30,55	3,42	137,76	941,06	75,23	78,88	296,3	4,93	55,26	980,65	7	0,34	127,7
Итого за день		56,11	36,14	60,63	3,88	191,57	1504,78	283,8	144,3	653,9	9,48	287,9	1550,8	10,1	0,58	137,3

Завпроизводством: Ис (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)