

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

МЕНЮ на 18.09.2025 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	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	150	25,60	23,08	18,78	0,00	39,18	428,42	251,6	37,87	301,1	0,96	118,4	135,98	0,79	0,09	0,5
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
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
Морковь отварная №16, сб. 2025 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
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'		31,53	23,08	19,55	0,77	91,19	660,13	300,6	95,41	404,7	5,31	118,4	2150,98	2	0,22	5,51
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	60	1,15	0,00	1,55	0,07	6,86	43,17	14,75	14,85	35,05	0,49	0	247,02	0,11	0,06	7,36
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2025	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Куры отварные №132, сб.2025	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14
Капуста тушеная №148, сб. 2025	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
Компот из изюма и кураги №310, сб.2025	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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.	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'		34,01	25,16	30,77	0,45	102,19	793,46	163,4	111,9	391,9	5,57	66,05	717,7	5,14	0,31	45,99
Полдник																
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
Батон с повидлом №1/1, сб.2025г.	60	5,11	0,00	1,92	1,92	62,41	280,44	20,1	24,16	58,37	1,84	0	0	1,11	0,11	0,21
Банан сб.2025г. ТК № 5	230	3,45	0,00	1,15	1,15	52,21	219,65	18,4	96,6	64,4	1,38	0	46	0,92	0,09	23
Итого за 'Полдник'		14,30	6,11	9,01	3,07	123,64	611,34	261	146,4	287,8	3,4	25,28	92,35	2,03	0,26	24,31
Ужин																
Салат "Школьный" №32, сб.2025	80	1,39	0,00	5,92	0,00	7,91	86,07	26,72	16,69	36,27	0,9	0	7,39	3,02	0,03	3,67
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	180	14,09	11,60	15,38	5,40	20,63	275,42	21,22	41,94	190	2,83	0	11,63	2,87	0,14	8,67
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
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Вафли сб.2025-92	20	0,56	0,00	0,66	0,00	16,08	68,89	3,2	2	7,2	0,3	0,4	0,6	0,14	0,01	0
Итого за 'Ужин'		19,03	13,05	23,72	5,62	56,93	506,69	108,4	73,18	289,7	4,47	9,4	36,12	6,33	0,23	12,6
второй ужин																
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	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
Кефир №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
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		104,31	72,52	88,75	9,97	383,05	2683,93	1047	453,9	1549	19,1	254,4	3036,81	15,58	1,08	89,64

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 18.09.2025 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	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	180	30,71	27,70	22,54	0,00	47,01	514,10	301,9	45,44	361,3	1,15	142,1	163,18	0,95	0,11	0,6
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
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
Морковь отварная №16, сб. 2025 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
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'		37,16	27,70	23,37	0,84	102,40	761,86	352,4	105,1	470,6	5,63	142,1	2178,18	2,24	0,25	5,61
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2025	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2025	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
Капуста тушеная №148, сб. 2025	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
Компот из изюма и кураги №310, сб.2025	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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.	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'		44,52	33,53	40,71	0,59	118,66	986,68	200,8	142,1	513,5	7,16	87,35	975,32	6,15	0,41	58,97
Полдник																
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
Батон с повидлом №1/1, сб.2025г.	60	5,11	0,00	1,92	1,92	62,41	280,44	20,1	24,16	58,37	1,84	0	0	1,11	0,11	0,21
Банан сб.2025г. ТК № 5	230	3,45	0,00	1,15	1,15	52,21	219,65	18,4	96,6	64,4	1,38	0	46	0,92	0,09	23
Итого за 'Полдник'		14,30	6,11	9,01	3,07	123,64	611,34	261	146,4	287,8	3,4	25,28	92,35	2,03	0,26	24,31
Ужин																
Салат "Школьный" №32, сб.2025	100	1,74	0,00	7,40	0,00	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	200	15,65	12,89	17,09	6,00	22,92	306,03	23,57	46,6	211,1	3,15	0	12,92	3,18	0,16	9,64
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 №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Вафли сб.2025	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 'Ужин'		22,77	14,34	27,43	6,42	79,35	641,37	123,6	89,48	340,5	5,55	9,6	39,56	7,74	0,28	14,48
второй ужин																
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	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
Кефир №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
Итого за 'второй ужин'		6,17	5,68	6,36	0,09	10,90	128,48	237,8	30,89	197,8	0,48	39,2	44,08	0,11	0,07	1,37
Итого за день		124,92	87,36	106,89	11,00	434,95	3129,73	1176	514,1	1810	22,2	303,5	3329,49	18,26	1,28	104,8

Завпроизводством: Тс (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 18.09.2025 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																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	150	25,60	23,08	18,78	0,00	39,18	428,42	251,6	37,87	301,1	0,96	118,4	135,98	0,79	0,09	0,5
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
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
Морковь отварная №16, сб. 2025 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
Итого за 'Завтрак'		29,50	23,08	19,22	0,44	63,85	541,58	283,6	83,1	379,4	2,25	118,4	2150,98	1,62	0,18	1,51
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	60	1,15	0,00	1,55	0,07	6,86	43,17	14,75	14,85	35,05	0,49	0	247,02	0,11	0,06	7,36
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2025	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Куры отварные №132, сб.2025	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14
Капуста тушеная №148, сб. 2025	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
Компот из изюма и кураги №310, сб.2025	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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.	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'		34,01	25,16	30,77	0,45	102,19	793,46	163,4	111,9	391,9	5,57	66,05	717,7	5,14	0,31	45,99
Итого за день		63,51	48,24	49,99	0,89	166,04	1335,03	447	195	771,3	7,82	184,5	2868,68	6,77	0,49	47,5

Завпроизводством: ЖС (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Р (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 18.09.2025 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																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	180	30,71	27,70	22,54	0,00	47,01	514,10	301,9	45,44	361,3	1,15	142,1	163,18	0,95	0,11	0,6
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
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
Морковь отварная №16, сб. 2025 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
Итого за 'Завтрак'		35,65	27,70	23,11	0,57	78,43	659,34	336,9	94,99	450,9	2,7	142,1	2178,18	1,96	0,22	1,61
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2025	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2025	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
Капуста тушеная №148, сб. 2025	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
Компот из изюма и кураги №310, сб.2025	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
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.	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'		44,52	33,53	40,71	0,59	118,66	986,68	200,8	142,1	513,5	7,16	87,35	975,32	6,15	0,41	58,97
Итого за день		80,16	61,23	63,82	1,16	197,09	1646,02	537,7	237,1	964,4	9,86	229,4	3153,5	8,1	0,64	60,58

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)