

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

МЕНЮ на 21.01.2025 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 рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	150	3,78	2,23	6,05	0,00	23,67	163,27	93,92	21,14	97,52	0,32	39,8	44,84	0,13	0,04	0,4
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	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
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04
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.	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'		14,51	5,17	20,92	0,92	103,50	649,64	251,1	83,76	286,3	6,01	109,6	134,01	2,8	0,22	5,96
Обед																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	80	0,94	0,00	7,11	0,00	9,61	102,18	19,87	22,67	38,05	0,48	0	1280	3,8	0,03	1,76
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2021	200/25	9,26	7,66	9,68	0,33	16,71	189,38	23,8	27,65	131,4	1,7	18,53	196,1	0,42	0,08	5,37
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	75/75	13,36	12,55	6,55	0,02	8,18	141,40	35,79	44,18	147,8	0,95	5,46	9,23	0,28	0,07	2,4
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	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.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 'Обед'		29,56	21,02	29,39	1,22	91,22	733,20	145,5	143,5	452,8	5,16	49,53	1541,17	5,16	0,39	34,79
Полдник																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	150	18,79	18,41	11,39	0,14	28,44	290,54	140,8	21,14	186,7	0,6	53,24	101,69	0,5	0,04	0,1
Йогурт №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
Итого за 'Полдник'		23,91	23,52	17,04	0,14	35,49	393,39	352,5	45,84	354,2	0,78	88,52	141,29	0,5	0,09	1,34
Ужин																
Салат "Степной" №40, сб.2021	80	1,31	0,00	2,73	0,00	8,08	59,48	14,76	15,63	37,45	0,49	0	311,3	0,14	0,05	2,39
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,81	5,32	15,87	0,00	34,67	325,45	210,4	18,56	163,4	0,92	112,8	125,96	0,99	0,07	0,14
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
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 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
Итого за 'Ужин'		13,88	6,77	20,22	0,08	46,99	422,58	279,7	42,58	247,7	1,64	121,8	453,81	1,25	0,14	2,79
второй ужин																
Банан сб.2021г. ТК № 5	220	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за 'второй ужин'		3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за день		85,15	56,49	88,67	3,45	327,14	2408,91	1046	408,1	1403	14,9	369,5	2314,28	10,58	0,92	66,88

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

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 21.01.2025 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48
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 маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	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
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04
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.	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'		15,26	5,62	22,13	0,92	108,23	682,29	269,9	87,99	305,8	6,08	117,6	142,98	2,82	0,22	6,04
Обед																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2021	275	9,40	7,71	10,64	0,30	17,50	201,75	27,29	30,91	133,9	1,81	23,16	245,12	0,44	0,1	6,71
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	90/90	16,03	15,06	7,86	0,02	9,82	169,68	42,94	53,02	177,3	1,14	6,55	11,07	0,33	0,09	2,88
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	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.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.	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'		33,63	23,58	33,57	0,71	102,79	831,44	164,1	165,6	505,7	6,84	55,26	1912,04	6,35	0,44	37,05
Полдник																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2021 г.	180	22,55	22,09	13,67	0,17	34,12	348,65	169	25,37	224	0,72	63,89	122,03	0,6	0,05	0,13
Йогурт №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
Итого за 'Полдник'		27,67	27,21	19,32	0,17	41,18	451,49	380,7	50,07	391,6	0,9	99,17	161,63	0,6	0,1	1,36
Ужин																
Салат "Степной" №40, сб.2021	120	1,97	0,00	4,09	0,00	12,12	89,21	22,15	23,44	56,17	0,73	0	466,95	0,21	0,07	3,58
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	200	12,01	5,91	17,63	0,00	38,53	361,61	233,8	20,62	181,5	1,02	125,3	139,96	1,1	0,08	0,16
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0
Чай с молоком №301, сб. shk. 2021 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
Итого за 'Ужин'		16,06	7,36	23,40	0,14	56,93	497,96	312,2	54,76	292,3	2,18	134,3	623,5	1,5	0,18	3,99
второй ужин																
Банан сб.2021г. ТК № 5	220	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за 'второй ужин'		3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за день		95,92	63,77	99,52	3,03	359,07	2673,29	1144	450,8	1557	16,3	406,3	2884,15	12,15	1,04	70,45

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 21.01.2025 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																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	150	3,78	2,23	6,05	0,00	23,67	163,27	93,92	21,14	97,52	0,32	39,8	44,84	0,13	0,04	0,4
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 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
Йогурт №297 сб. 2021	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 '		14,59	8,02	20,99	0,59	72,36	533,10	334,8	75,32	335,6	2,19	129,2	154,21	1,02	0,2	1,61
Обед																
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	60	0,71	0,00	5,33	0,00	7,21	76,63	14,9	17	28,54	0,36	0	960	2,85	0,02	1,32
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2021	225	9,26	7,66	9,68	0,09	16,71	189,38	23,8	27,65	131,4	1,7	18,53	196,1	0,42	0,08	5,37
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	75/75	13,36	12,55	6,55	0,02	8,18	141,40	35,79	44,18	147,8	0,95	5,46	9,23	0,28	0,07	2,4
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	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.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'		29,84	21,02	27,68	1,04	92,19	723,70	142,1	140	449	5,17	49,53	1221,17	4,29	0,39	34,35
Итого за день		44,43	29,04	48,67	1,63	164,55	1256,79	476,9	215,3	784,6	7,36	178,8	1375,38	5,32	0,59	35,96

Завпроизводством: ЛК (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



Б.Р.Баев

МЕНЮ на 21.01.2025 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																	
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2021	180	4,53	2,67	7,26	0,00	28,40	195,92	112,7	25,37	117	0,39	47,76	53,81	0,16	0,05	0,48	
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 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	
Йогурт №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 '		16,76	9,88	23,77	0,59	79,05	594,32	412,4	86,4	401,7	2,3	147	174,18	1,05	0,22	2,03	
Обед																	
Маринад овощной без томата №50, сб.2021	100	1,18	0,00	8,89	0,00	12,02	127,72	24,84	28,33	47,56	0,61	0	1600	4,75	0,04	2,2	
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2021	275	9,40	7,71	10,64	0,30	17,50	201,75	27,29	30,91	133,9	1,81	23,16	245,12	0,44	0,1	6,71	
Филе минтая, тушеное в томате с овощами №80, сб.2021	90/90	16,03	15,06	7,86	0,02	9,82	169,68	42,94	53,02	177,3	1,14	6,55	11,07	0,33	0,09	2,88	
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46	
Компот из апельсинов №308, сб. 2021	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.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.	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 'Обед'		33,87	23,58	33,62	1,37	104,33	838,59	165,4	167,3	511,5	5,99	55,26	1912,08	6,4	0,45	37,05	
Итого за день		50,64	33,47	57,39	1,96	183,38	1432,90	577,8	253,7	913,2	8,29	202,2	2086,26	7,45	0,67	39,09	

Запроизводством: ЛСЧ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)