

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

МЕНЮ на 21.03.2025 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 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
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
Салат "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43
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'		14,73	5,32	21,49	0,92	105,55	662,67	256,9	88,18	295,9	5,51	109,6	811,54	1,58	0,25	11,36
обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 годаТК № 8	70	0,67	0,00	5,70	5,70	3,05	65,00	12,95	11,9	23,91	0,53	0	50,05	2,74	0,03	12,25
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,24	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	180	15,33	12,90	13,37	0,56	26,40	285,18	22,94	46,18	181,7	1,95	14,79	36,76	2,1	0,09	0,82
Соус томатный №248, сб. 2021	30	0,37	0,01	1,40	0,00	2,19	22,73	1,76	2,69	5,01	0,12	6,73	61,01	0,09	0,01	0,82
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	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.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.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Итого за 'обед'		21,50	13,22	24,85	6,84	103,23	705,68	65,7	90,88	297,8	4,11	40,04	343,98	5,59	0,25	19,26
полдник																
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93
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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'полдник'		10,16	6,57	9,31	0,13	42,22	288,41	92,89	28,66	134,4	1,42	23,45	70,8	0,97	0,1	41,62
Ужин																
Икра кабачковая №49, сб.2021	60	1,47	0,00	4,97	0,16	8,84	81,60	32,93	14,11	28,81	0,65	0	94,8	1,92	0,02	4,62
Рагу овощное с курами №118, сб.2014 г.	190	9,54	7,50	14,02	6,43	17,51	230,61	34,75	35,99	122,8	1,56	21,12	683,32	3,21	0,09	11,09
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.	30	2,23	0,00	0,26	0,26	13,79	67,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5
Итого за 'Ужин'		14,89	7,50	19,51	7,13	75,03	522,35	77	59,18	172,1	3,16	21,12	778,62	5,49	0,15	16,21
Итого за день		61,28	32,61	75,16	15,01	326,03	2179,11	492,5	266,9	900,3	14,2	194,2	2004,94	13,64	0,74	88,44

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 21.03.2025 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- 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
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.	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 "Здоровье" №34, сб.2021	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43
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'		15,49	5,76	22,70	0,92	110,29	695,33	275,7	92,41	315,5	5,57	117,6	820,51	1,61	0,26	11,44
обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 года ТК № 8	80	0,69	0,00	6,50	6,50	3,13	72,38	15,12	12,29	27,85	0,54	0	40,68	3,05	0,03	11,66
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,30	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	200	17,03	14,34	14,86	0,62	29,33	316,87	25,49	51,32	201,9	2,16	16,43	40,84	2,34	0,1	0,91
Соус томатный №248, сб. 2021	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	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.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
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'		24,95	14,71	28,75	7,90	117,73	811,39	79,26	106,8	350,6	4,86	48,56	408,07	6,41	0,3	20,37
полдник																
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'полдник'		11,76	7,60	10,85	0,13	47,01	327,61	96,27	31,42	150,4	1,64	26,94	81,69	1,14	0,11	41,8
Ужин																
Икра кабачковая №49, сб.2021	80	1,96	0,00	6,62	0,22	11,78	108,80	43,9	18,82	38,42	0,86	0	126,4	2,56	0,03	6,16
Рагу овощное с курами №118, сб.2014 г.	220	11,05	8,69	16,23	7,44	20,28	267,02	40,23	41,67	142,2	1,81	24,45	791,21	3,72	0,11	12,84
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.	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Напиток грушевый №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,07	0,08	24,78	94,38	4,81	2,61	3,48	0,56	0	0,5	0,1	0	0,5
Итого за 'Ужин'		19,63	8,69	23,71	8,53	97,90	669,63	94,96	71,72	206,8	3,76	24,45	918,11	6,73	0,19	19,5
Итого за день		71,83	36,76	86,01	17,48	372,92	2503,96	546,2	302,4	1023	15,8	217,5	2228,38	15,89	0,85	93,11

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 21.03.2025 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
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 №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
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93
Итого за 'Завтрак'		17,22	10,39	16,92	0,33	79,36	533,26	224,2	57,91	284	2,23	69,25	121,26	1,41	0,18	1,86
обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 годаТК № 8	60	0,52	0,00	4,87	4,87	2,34	54,28	11,34	9,22	20,89	0,4	0	30,51	2,29	0,02	8,74
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	0,22	4,01	0,24	14,00	98,47	19,29	18,6	54,75	0,7	18,53	196,1	0,22	0,06	5,37
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	180	15,33	12,90	13,37	0,56	26,40	285,18	22,94	46,18	181,7	1,95	14,79	36,76	2,1	0,09	0,82
Соус томатный №248, сб. 2021	30	0,37	0,01	1,40	0,00	2,19	22,73	1,76	2,69	5,01	0,12	6,73	61,01	0,09	0,01	0,82
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	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.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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'обед'		21,88	13,22	24,14	6,13	108,96	722,56	86,57	96,38	308,3	4,14	40,04	329,82	5,26	0,26	56,18
Итого за день		39,10	23,61	41,06	6,46	188,32	1255,83	310,8	154,3	592,3	6,37	109,3	451,07	6,66	0,44	58,03

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 21.03.2025 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	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
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 №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
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2021	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93
Итого за 'Завтрак'		18,50	10,84	18,19	0,39	87,47	581,96	244,5	64,29	309,2	2,43	77,21	130,23	1,52	0,2	1,94
обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 года ТК № 8	80	0,69	0,00	6,50	6,50	3,13	72,38	15,12	12,29	27,85	0,54	0	40,68	3,05	0,03	11,66
Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,40	0,27	5,01	0,30	17,50	123,09	24,12	23,25	68,43	0,87	23,16	245,12	0,28	0,08	6,71
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2021	200	17,03	14,34	14,86	0,62	29,33	316,87	25,49	51,32	201,9	2,16	16,43	40,84	2,34	0,1	0,91
Соус томатный №248, сб. 2021	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2021г.	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.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
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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'обед'		25,55	14,71	28,88	8,04	124,67	841,35	102,2	115,6	366,1	5,06	48,56	413,46	6,55	0,32	60,8
Итого за день		44,05	25,54	47,07	8,43	212,14	1423,31	346,7	179,9	675,3	7,49	125,8	543,68	8,07	0,52	62,73

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)