

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

МЕНЮ на 21.05.2025 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																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
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
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95
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'		20,90	14,82	31,43	0,88	71,71	643,25	155	61,61	314,5	7,56	287,1	449,29	1,96	0,19	7,16
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 года ТК № 8	80	0,64	0,00	6,47	6,47	2,80	70,29	18,4	11,2	33,73	0,48	0	8	2,9	0,02	8
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73
Филе минтая с соусом №79, сб.2021	130	16,62	16,17	2,44	0,04	3,64	102,81	27,47	26,02	147,8	0,53	19,55	103,87	1,12	0,08	0,36
Вермишель отварная №227, сб.2021	160	5,65	0,02	3,76	0,00	36,43	201,67	9,57	7,58	41,96	0,77	15,31	28,24	0,86	0,07	0
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.	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 '		31,03	16,29	15,82	7,34	120,05	727,99	86,31	82,56	320,8	4,09	46,19	370,57	5,59	0,38	12,09
Полдник																
Ватрушки с повидлом №1019Онищенко Г.Г.	100	4,57	0,85	2,30	0,22	45,47	216,08	14,63	8,23	43,13	0,92	8,19	14,3	1,05	0,05	0,07
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
Итого за 'Полдник'		10,31	6,96	8,23	0,22	54,48	327,33	237,1	33,9	208,1	1,1	33,48	60,65	1,05	0,11	1,16
Ужин																
Салат "Степной" №40, сб.2021	60	0,98	0,00	2,05	0,00	6,06	44,61	11,07	11,72	28,08	0,37	0	233,47	0,11	0,04	1,79
Голубцы ленивые №126, сб.2021	200	17,63	14,97	26,82	0,00	16,17	371,62	76,78	44,25	201,5	1,91	135,1	177,2	0,47	0,07	15,4
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
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
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
Итого за 'Ужин '		22,83	18,02	31,88	0,19	45,93	551,54	198,4	74,76	327	2,84	147,1	432,73	0,82	0,17	17,71
Второй ужин																
Снежок №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 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 'Второй ужин '		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		91,21	61,20	93,13	8,76	305,97	2385,03	891,5	281,8	1349	16	549,2	1352,85	9,59	0,93	

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 21.05.2025 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																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
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
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95
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'		23,67	17,77	35,92	0,88	72,21	696,72	174,1	64,81	356,8	8,04	333	525,75	2,11	0,21	7,2
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	80	0,64	0,00	6,47	6,47	2,80	70,29	18,4	11,2	33,73	0,48	0	8	2,9	0,02	8
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Филе минтая с соусом №79, сб.2021	150	20,95	20,52	2,39	0,03	3,50	118,98	32,41	32,59	186,1	0,64	20,51	124,23	1,39	0,1	0,41
Вермишель отварная №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
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 '		37,86	20,65	17,01	7,54	133,04	816,46	100,1	99,55	389,2	4,88	51,89	452,09	6,14	0,46	13,07
Полдник																
Ватрушки с повидлом №1019Онищенко Г.Г.	100	4,57	0,85	2,30	0,22	45,47	216,08	14,63	8,23	43,13	0,92	8,19	14,3	1,05	0,05	0,07
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
Итого за 'Полдник'		10,31	6,96	8,23	0,22	54,48	327,33	237,1	33,9	208,1	1,1	33,48	60,65	1,05	0,11	1,16
Ужин																
Салат "Степной" №40, сб.2021	100	1,64	0,00	3,41	0,00	10,10	74,34	18,46	19,53	46,81	0,61	0	389,12	0,18	0,06	2,98
Голубцы ленивые №126, сб.2021	200	17,63	14,97	26,82	0,00	16,17	371,62	76,78	44,25	201,5	1,91	135,1	177,2	0,47	0,07	15,4
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.	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	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 'Ужин '		24,68	18,02	33,40	0,35	57,74	618,09	209,7	88,04	361	3,45	147,1	588,4	1,1	0,22	18,9
Второй ужин																
Снежок №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 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 'Второй ужин '		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		102,67	68,51	100,34	9,12	331,26	2593,52	935,6	315,3	1494	17,9	600,8	1666,5	10,57	1,07	41,58

Завпроизводством: Зем (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Х (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92



МЕНЮ на 21.05.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
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
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95
Итого за 'Завтрак'		19,90	14,82	31,23	0,68	51,11	556,77	141	53,61	300,5	4,76	287,1	449,29	1,76	0,17	3,16
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	80	0,64	0,00	6,47	6,47	2,80	70,29	18,4	11,2	33,73	0,48	0	8	2,9	0,02	8
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73
Филе минтая с соусом №79, сб.2021	130	18,16	17,78	2,08	0,03	3,04	103,12	28,09	28,25	161,2	0,56	17,77	107,66	1,2	0,09	0,36
Вермишель отварная №227, сб.2021	160	5,65	0,02	3,76	0,00	36,43	201,67	9,57	7,58	41,96	0,77	15,31	28,24	0,86	0,07	0
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
Итого за 'Обед '		32,05	17,91	15,38	7,26	116,07	712,26	85,42	82,63	328,6	3,99	44,41	374,37	5,59	0,37	12,09
Итого за день		51,95	32,73	46,61	7,95	167,18	1269,03	226,4	136,2	629	8,75	331,5	823,66	7,34	0,55	15,25

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 21.05.2025 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																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
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
Свекла отварная № 146, сб. 2021	100	1,55	0,00	0,09	0,09	11,33	45,93	38,25	22,75	44,46	1,45	0	2,11	0,11	0,02	3,69
Итого за 'Завтрак'		22,98	17,77	35,74	0,70	53,87	619,42	167,7	61,36	351,7	5,52	333	526,17	1,94	0,19	3,94
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 года ТК № 8	80	0,64	0,00	6,47	6,47	2,80	70,29	18,4	11,2	33,73	0,48	0	8	2,9	0,02	8
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2021 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Филе минтая с соусом №79, сб.2021	150	20,95	20,52	2,39	0,03	3,50	118,98	32,41	32,59	186,1	0,64	20,51	124,23	1,39	0,1	0,41
Вермишель отварная №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
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 '		37,86	20,65	17,01	7,54	133,04	816,46	100,1	99,55	389,2	4,88	51,89	452,09	6,14	0,46	13,07
Итого за день		60,84	38,42	52,75	8,24	186,91	1435,88	267,8	160,9	740,9	10,4	384,9	978,26	8,07	0,65	17,02

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)