

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

МЕНЮ на 22.09.2025 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2025	200	7,51	2,81	9,86	0,00	34,14	249,92	139,1	55,93	209,4	1,59	51,5	56,87	0,72	0,2	0,51
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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.	90/10	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
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.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
Итого за 'Завтрак'		16,30	4,31	20,38	0,98	106,63	664,53	225,4	95,89	332,6	6,05	115,3	133,17	2,06	0,36	4,77
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	90	1,51	0,00	7,19	0,00	9,83	104,14	36,38	20,99	41,27	1,34	0	2,11	3,39	0,01	2,11
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2025 г.	200	1,59	0,26	4,60	0,15	8,28	78,49	33,17	15,45	37,74	0,56	33,15	191,78	0,18	0,04	9,24
Плов из говядины №120, сб.2025	200	17,51	13,62	18,37	0,00	42,34	403,80	18,73	48,49	224,6	2,68	40,12	452,24	0,72	0,06	0,22
Напиток лимонный №313, сб. 2025	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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	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'		22,55	13,88	30,42	0,41	92,50	720,91	97,8	94,5	329,8	5,26	73,27	646,33	4,63	0,16	12,69
Полдник																
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
Мармелад сб.2025	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	163	0,65	0,00	0,65	0,65	18,91	79,35	26,08	14,67	17,93	3,59	0	8,15	0,33	0,05	16,3
Итого за 'Полдник'		6,50	5,68	6,92	0,65	57,39	310,40	261,3	42,11	204,1	3,78	39,2	52,15	0,33	0,11	17,67
Ужин																
Салат с сыром №45, сб.2025	80	7,18	5,62	8,60	0,00	13,38	154,95	202	28,53	158,7	0,5	26,91	474,42	2	0,1	3,98
Картофель тушеный №146, сб. 2025	200	4,16	0,08	12,29	0,00	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16
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.	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 'Ужин'		14,52	8,74	23,76	0,06	63,69	514,53	340,7	89,67	361,9	2,6	95,55	1020,53	2,59	0,31	20,66
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		65,61	38,73	87,42	2,11	329,22	2321,63	1148	347,8	1393	17,9	348,6	1898,53	9,6	0,99	56,89

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

Медсестра ЖС (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 22.09.2025 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2025	240	9,01	3,38	11,83	0,00	40,96	299,90	166,9	67,12	251,3	1,91	61,8	68,24	0,86	0,23	0,61
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
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.	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
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.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
Итого за 'Завтрак'		17,80	4,88	22,36	0,98	113,45	714,51	253,2	107,1	374,5	6,37	125,6	144,54	2,2	0,39	4,87
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	100	1,67	0,00	7,99	0,00	10,92	115,71	40,42	23,32	45,85	1,49	0	2,35	3,77	0,02	2,35
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2025 г	250	1,99	0,33	5,75	0,19	10,35	98,12	41,47	19,31	47,18	0,7	41,44	239,73	0,22	0,05	11,55
Плов из говядины №120, сб.2025	220	19,27	14,98	20,21	0,00	46,57	444,18	20,6	53,34	247	2,94	44,13	497,46	0,79	0,07	0,24
Напиток лимонный №313, сб. 2025	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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.	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'		25,90	15,31	34,34	0,58	106,64	824,57	115	109,9	377,7	6,08	85,57	739,73	5,3	0,2	15,26
Полдник																
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
Мармелад сб.2025	40	0,16	0,00	0,00	0,00	30,64	116,78	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	163	0,65	0,00	0,65	0,65	18,91	79,35	26,08	14,67	17,93	3,59	0	8,15	0,33	0,05	16,3
Итого за 'Полдник'		6,50	5,68	6,92	0,65	57,39	310,40	261,3	42,11	204,1	3,78	39,2	52,15	0,33	0,11	17,67
Ужин																
Салат с сыром №45, сб.2025	100	8,97	7,02	10,74	0,00	16,72	193,69	252,5	35,66	198,4	0,62	33,64	593,03	2,49	0,12	4,97
Картофель тушеный №146, сб. 2025	220	4,57	0,09	13,52	0,00	36,69	281,98	34,21	51,32	128,8	1,98	62,3	576,47	0,57	0,19	17,77
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.	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
Итого за 'Ужин'		17,05	10,15	27,20	0,12	72,41	588,38	396	103,8	421	3,1	108	1191,59	3,21	0,36	23,27
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		72,99	42,13	96,75	2,33	358,90	2549,12	1248	388,5	1542	19,5	383,6	2174,37	11,03	1,12	62,17

Завпроизводством: Ис (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра ОБ (Кузьмина О.В.)

ГБОУ Уфимская КШ
Б.Р.Б.

МЕНЮ на 22.09.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: ЛК (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 22.09.2025 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																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2025	180	6,75	2,53	8,87	0,00	30,72	224,92	125,2	50,34	188,5	1,43	46,35	51,18	0,64	0,18	0,46
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
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом №3, сб.2025г.	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
Кефир №297 сб. 2025	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'		17,26	8,29	23,70	0,59	78,38	590,64	369,3	96,41	420,3	2,85	139,6	160,48	1,52	0,33	1,75
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	100	1,67	0,00	7,99	0,00	10,92	115,71	40,42	23,32	45,85	1,49	0	2,35	3,77	0,02	2,35
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2025 г.	250	1,99	0,33	5,75	0,19	10,35	98,12	41,47	19,31	47,18	0,7	41,44	239,73	0,22	0,05	11,55
Плов из говядины №120, сб.2025	220	19,27	14,98	20,21	0,00	46,57	444,18	20,6	53,34	247	2,94	44,13	497,46	0,79	0,07	0,24
Напиток лимонный №313, сб. 2025	200	0,06	0,00	0,01	0,01	19,90	76,88	3,3	0,8	1,43	0,1	0	0,14	0,01	0	1,12
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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	163	0,65	0,00	0,65	0,65	18,91	79,35	26,08	14,67	17,93	3,59	0	8,15	0,33	0,05	16,3
Итого за 'Обед'		27,23	15,31	35,08	1,33	129,94	924,69	143,5	127,8	405,1	9,89	85,57	747,91	5,75	0,26	31,56
Итого за день		44,49	23,60	58,79	1,92	208,32	1515,34	512,8	224,2	825,4	12,7	225,2	908,39	7,27	0,59	33,31

Запроизводством: ТК (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра ТК (Кузьмина О.В.)