

МЕНЮ на 24.09.2025 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	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 лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб. 2021г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	6
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
Пряники сб. 2021	30	1,77	0,00	1,41	0,00	23,13	106,53	3,3	2,7	15	0,24	0	0	0,72	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		26,67	19,93	29,92	0,78	84,83	705,38	337,3	63,87	430,5	7,02	270,5	436,04	2,56	0,22	11,47
Обед																
Помидоры свежие урожай 2025 года ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
Борщ с капустой и картофелем №58, сб. 2021	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36
Печень по-строгановски №130, сб. 2021	110	15,87	16,44	11,18	0,00	2,83	175,64	19,65	16,58	256,3	5,55	3978	26,03	0,12	0,15	4,23
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб. 2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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'		30,40	16,67	21,86	0,50	116,98	755,92	120,9	224,7	576,5	13,3	4034	455,7	2,99	0,55	25,77
Полдник																
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
Булка №1, сб. 2021г.	85	6,41	0,00	2,50	2,50	44,40	224,51	18,33	27,49	70,81	1,67	0	0	1,45	0,13	0
Апельсин сб. 2021г.	224	0,55	0,00	0,12	0,12	6,34	27,40	20,94	8,01	14,17	0,18	0	4,93	0,12	0,02	36,96
Итого за 'Полдник'		8,41	1,45	4,18	2,64	52,94	280,10	92,07	41,59	124,1	1,89	9	21,43	1,62	0,17	37,22
Ужин																
Салат "Здоровье" №34, сб. 2021	60	1,02	0,00	2,71	0,00	6,91	52,10	19,06	17,36	31,3	0,61	0	509,55	0,15	0,03	4,82
Рагу овощное с курами №118, сб. 2014 г.	200	10,04	7,90	14,75	6,77	18,43	242,75	36,58	37,88	129,2	1,64	22,23	719,28	3,38	0,1	11,67
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 ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2021г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		16,91	10,94	20,64	7,12	58,64	478,79	161,5	67,42	238,8	2,37	34,23	1250,83	3,53	0,16	17,01
второй ужин																
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
Йогурт №297 сб. 2021	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'		6,72	5,68	6,40	0,13	14,58	146,35	238,2	31,75	197,6	0,46	39,2	44	0,17	0,08	1,37
Итого за день		89,10	54,67	83,00	11,18	327,97	2366,53	949,9	429,3	1568	25,1	4387	2208	10,87	1,18	92,84

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

Медсестра З (Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 24.09.2025 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																
Омлет натуральный №234, сб.2025	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 лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г	100/40	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2025	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
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
Пряники сб.2025	60	3,54	0,00	2,82	0,00	46,26	213,06	6,6	5,4	30	0,48	0	0	1,44	0,05	0
Итого за 'Завтрак'		31,38	22,88	35,84	0,80	109,16	868,56	364,2	72,57	496,3	7,86	316,3	514,5	3,46	0,26	13,51
Обед																
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2025	260	1,94	0,22	4,94	0,00	14,74	106,24	39,91	22,6	49,92	1,08	35,38	247,66	0,24	0,05	7,87
Печень по-строгановски №130, сб.2025	120	17,32	17,93	12,19	0,00	3,08	191,60	21,44	18,09	279,6	6,05	4339	28,4	0,13	0,16	4,61
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2025	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0
Итого за 'Обед'		35,75	18,17	24,59	0,83	141,08	895,07	142,1	264,1	665,5	15,5	4403	560,13	3,73	0,67	37,66
Полдник																
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
Булка №1, сб.2025г.	85	6,41	0,00	2,50	2,50	44,40	224,51	18,33	27,49	70,81	1,67	0	0	1,45	0,13	0
Апельсин сб.2025г.	224	0,55	0,00	0,12	0,12	6,34	27,40	20,94	8,01	14,17	0,18	0	4,93	0,12	0,02	36,96
Итого за 'Полдник'		8,41	1,45	4,18	2,64	52,94	280,10	92,07	41,59	124,1	1,89	9	21,43	1,62	0,17	37,22
Ужин																
Салат "Здоровье" №34, сб.2025	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
Рагу овощное с курами №118, сб.2014 г.	230	13,59	11,25	18,90	7,78	21,20	304,72	43,74	45,43	165,8	2,06	30,04	836,22	3,95	0,12	13,45
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.	90	0,73	0,00	0,13	0,13	4,60	21,32	3,86	5,18	17,42	0,43	0	0,11	0,16	0,02	0
Итого за 'Ужин'		18,54	14,30	25,47	7,91	49,92	489,27	178,9	85,94	303,2	3,42	42,04	1537,73	4,31	0,21	20,4
второй ужин																
Йогурт №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
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 'второй ужин'		7,23	5,68	6,47	0,20	17,95	162,39	239,7	33,91	203,3	0,59	39,2	44	0,26	0,09	1,37
Итого за день		101,31	62,48	96,54	12,38	371,05	2695,38	1017	498,1	1792	29,2	4810	2677,8	13,37	1,41	110,2

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

даю
ор.ГБОУ Уфимская КШИ
Б.Р.Бас
Наименование блю

МЕНЮ на 24.09.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Tr

(Хурматуллина Р.М.)



(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 24.09.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2025	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 лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Апельсин сб.2025г.	224	0,55	0,00	0,12	0,12	6,34	27,40	20,94	8,01	14,17	0,18	0	4,93	0,12	0,02	36,96
Итого за 'Завтрак'		26,75	22,88	32,87	0,65	45,84	583,68	346,2	55,97	432,8	4,29	316,3	511,43	1,86	0,19	38,47
Обед																
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2025	260	1,98	0,26	5,31	0,00	14,81	110,07	41,5	22,75	50,99	1,08	38,23	250,71	0,25	0,05	7,88
Печень по-строгановски №130, сб.2025	120	17,32	17,93	12,19	0,00	3,08	191,60	21,44	18,09	279,6	6,05	4339	28,4	0,13	0,16	4,61
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2025	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
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.	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
Пряники сб.2025	60	3,54	0,00	2,82	0,00	46,26	213,06	6,6	5,4	30	0,48	0	0	1,44	0,05	0
Итого за 'Обед'		39,14	18,22	27,77	0,82	186,07	1105,40	150,5	269,8	698,6	16	4406	563,23	5,16	0,72	37,66
Итого за день		65,89	41,10	60,64	1,47	231,92	1689,08	496,7	325,8	1131	20,3	4723	1074,66	7,02	0,91	76,13

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М. Медсестра Кузьмина О.В.