

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

МЕНЮ на 25.03.2025 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																
Суп молочный с крупой ("Артек" , рис, пшено, овес) №76, сб.2021	200	3,52	2,91	4,08	0,00	14,83	109,31	106,7	17,4	94,22	0,2	17,66	32,45	0,06	0,04	0,52
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 сыром №1, сб.2021г.	80/10/20	9,85	5,20	13,89	0,59	30,42	286,33	210,7	30,18	170,6	1,33	98,98	112,9	0,96	0,1	0,14
Вафли сб.2021	20	0,56	0,00	0,66	0,00	16,08	68,89	3,2	2	7,2	0,3	0,4	0,6	0,14	0,01	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.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'		16,04	8,11	18,98	0,94	97,81	618,19	337,9	61,9	297,4	4,92	117	145,95	1,54	0,18	4,66
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2025 года ТК № 8	60	0,75	0,00	4,91	4,91	3,10	58,29	26,76	14,55	24,4	0,55	0	103,29	2,48	0,03	18,3
Суп кудрявый №78.3, сб.2021	200	5,94	4,28	6,67	0,36	16,69	148,81	26,8	23,8	84,49	1,18	36,86	221,15	0,63	0,09	7,68
Шницель № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,50	13,87	6,63	0,32	14,64	175,76	33,07	25,16	128,9	1,16	2,59	7,92	0,45	0,05	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	0,68	4,76	0,00	21,68	140,54	35,6	28,4	83,2	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38
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.	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 "		26,86	18,91	23,26	5,84	109,82	739,31	129,1	100,7	345,8	4,56	60,74	375,49	4,07	0,33	36,41
Полдник																
Суфле творожное запеченое с повидлом №435 сб. Онищенко Г.Г.	180	8,38	7,67	6,55	0,14	27,54	199,59	70,4	11,57	93,13	0,68	40,72	72,49	0,35	0,03	0,12
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 'Полдник'		8,48	7,67	6,62	0,22	52,32	293,98	75,22	14,18	96,61	1,24	40,72	72,99	0,45	0,03	0,62
Ужин																
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	80	1,04	0,00	4,63	0,00	14,22	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб.2021	200	13,58	11,94	9,29	0,22	18,02	208,50	30,77	8,14	99,13	0,84	28,3	89,6	0,67	0,06	0,03
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6
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'		17,73	11,94	14,29	0,60	70,19	470,97	55,01	21,09	124,2	1,65	28,3	92,11	3,06	0,07	4,16
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
Снежок №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		75,82	52,31	69,54	7,73	344,72	2268,79	835,3	229,6	1062	12,8	286	730,53	9,29	0,7	47,22

Зав.производством:

Х

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

К

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 25.03.2025 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																
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65
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 сыром №3, сб.2021г.	100/10/30	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21
Вафли сб.2021	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	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.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'		19,78	11,42	22,94	0,94	109,56	714,32	464,1	72,64	383,4	5,19	142,2	178,16	1,66	0,2	4,86
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2025 года ТК № 8	100	1,04	0,00	8,15	8,15	4,52	93,92	28,98	19,47	34,76	0,79	0	116,21	4,01	0,04	22,77
Суп кудрявый №78.3, сб.2021	250	7,42	5,34	8,33	0,45	20,87	186,01	33,5	29,75	105,6	1,47	46,08	276,44	0,79	0,12	9,6
Шницель № 99, сб. шк. 2021 г.	110	15,95	15,25	7,29	0,35	16,10	193,34	36,37	27,68	141,8	1,27	2,85	8,71	0,49	0,06	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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.	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 "		31,81	21,50	29,93	9,97	128,49	892,31	151,8	124,7	420,1	5,73	74,47	453,12	6,03	0,43	44,88
Полдник																
Суфле творожное запеченное с повидлом №435 сб. Онищенко Г.Г.	200	10,57	8,52	7,40	0,28	39,61	263,86	80,54	14,94	112,8	0,87	45,24	80,54	0,58	0,05	0,13
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 'Полдник'		10,67	8,52	7,47	0,36	64,39	358,24	85,36	17,55	116,3	1,44	45,24	81,04	0,68	0,05	0,63
Ужин																
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2021	100	1,31	0,00	5,78	0,00	17,77	121,42	24,03	14,07	27,62	0,9	0	1,63	2,94	0,01	0,65
Рыба, запеченная с картофелем №90, сб.2021	230	15,62	13,73	10,68	0,25	20,72	239,78	35,38	9,36	114	0,96	32,54	103,04	0,77	0,06	0,04
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2021 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2021г.	70	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		22,27	13,73	17,10	0,90	90,23	594,16	64,43	25,13	144,6	1,96	32,54	105,87	3,74	0,08	4,29
второй ужин																
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
Снежок №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 '		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		91,75	60,85	83,90	12,36	410,62	2721,42	1005	273,9	1268	14,9	333,7	862,2	12,38	0,84	56,04

Завпроизводством: Ж (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Х (Кузьмина О.В.)

Наиме

Завтрак

Б...	...	Углево-	ЭЦ.
------	-----	---------	-----

Завпроизводством: ЖК (Хурматуллина Р.М.) Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 25.03.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Суп молочный с крупой ("Артек", рис, пшено, овес) №76, сб.2021	250	4,40	3,64	5,10	0,00	18,54	136,63	133,4	21,75	117,8	0,25	22,08	40,56	0,08	0,04	0,65
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 сыром №3, сб.2021г.	60/10/30	12,43	7,78	16,49	0,59	30,42	320,69	308,7	35,57	229,4	1,4	119,6	136,7	1	0,1	0,21
Снежок №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'		21,17	15,68	26,32	0,61	63,98	578,13	618,7	77,9	486,9	1,83	171	210,26	1,08	0,19	1,88
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров с зеленью урожай 2025 года ТК № 8	100	1,25	0,00	8,18	8,18	5,16	97,16	44,6	24,25	40,66	0,92	0	172,15	4,14	0,05	30,5
Суп кудрявый №78.3, сб.2021	250	7,42	5,34	8,33	0,45	20,87	186,01	33,5	29,75	105,6	1,47	46,08	276,44	0,79	0,12	9,6
Шницель № 99, сб. шк. 2021 г.	110	15,95	15,25	7,29	0,35	16,10	193,34	36,37	27,68	141,8	1,27	2,85	8,71	0,49	0,06	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,70	42,73	34,1	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	152	0,61	0,00	0,61	0,61	17,63	73,99	24,32	13,68	16,72	3,34	0	7,6	0,3	0,05	15,2
Итого за 'Обед'		32,44	21,41	30,67	10,76	122,93	884,05	204,1	149,5	453	11,9	74,47	516,67	6,59	0,49	71,82
Итого за день		53,61	37,09	56,99	11,37	186,91	1462,18	822,8	227,4	939,8	13,7	245,5	726,93	7,67	0,68	73,7

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)