

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

МЕНЮ на 26.03.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,86	14,75	22,44	0,00	2,46	266,85	94,49	15,9	211,2	2,38	229,2	382,11	0,79	0,07	0,2
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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
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
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 ТК № 1	20	1,32	0,00	0,12	0,12	10,36	47,86	2,6	1,88	8,71	0,17	0	0	0,22	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		23,16	17,65	26,89	1,32	85,63	666,50	253	73,45	376,7	10,1	241,2	411,78	2,04	0,24	19,92
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	80	0,90	0,00	3,62	0,06	3,32	47,48	43,54	16,26	34,4	0,59	0	124,78	2,1	0,02	8,79
Свекольник №70 сб.2021	200	1,98	0,22	3,58	0,00	14,21	92,21	26,67	22,1	48,4	1,11	11,33	186,33	0,19	0,04	3,97
Бефстроганов №94, сб.2021	90	18,74	14,13	14,70	0,00	3,23	219,68	15,53	17,75	120,8	1,91	6,89	196,2	0,47	0,03	0,06
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Напиток лимонный №313, сб. 2021	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.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.	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'		32,59	14,37	27,74	0,37	100,69	760,24	110,3	199,3	426,9	8,89	42,13	535,35	3,77	0,39	13,94
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом №5.2 сб.2021	100	7,04	1,82	8,18	0,00	38,32	252,51	26,11	20,22	80,71	1,07	47,87	829,38	0,41	0,08	0,32
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
Итого за 'Полдник'		8,59	3,27	9,63	0,00	49,68	314,91	79,18	26,31	119,9	1,14	53,87	840,38	0,41	0,1	0,58
Ужин																
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	80	0,88	0,00	0,16	0,16	4,16	20,74	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	20
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,07	5,06	15,55	0,00	31,71	307,74	199,7	17,36	153,9	0,85	110,7	123,58	0,92	0,06	0,13
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,10	0,00	0,09	0,00	24,58	94,56	4,35	2,07	2,53	0,57	0	1,32	0,05	0,01	1,06
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 'Ужин'		11,46	5,06	15,87	0,23	63,01	434,89	217,3	38,31	186,9	2,37	110,7	231,36	1,62	0,13	21,19
второй ужин																
Йогурт №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		81,95	45,46	85,90	2,05	312,81	2311,47	874,5	366,4	1289	22,9	483,2	2058,48	8,02	0,94	56,87

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

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.03.2025 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																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,64	17,69	26,93	0,00	2,95	320,22	113,4	19,08	253,4	2,85	275	458,53	0,95	0,08	0,24
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	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
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 ТК № 1	30	1,98	0,00	0,18	0,18	15,54	71,79	3,9	2,81	13,07	0,25	0	0	0,33	0,03	0
Итого за 'Завтрак'		27,63	20,59	31,56	1,51	98,04	775,88	276,2	81,88	434,7	10,9	287	488,2	2,48	0,28	19,96
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97
Бефстроганов №94, сб.2021	50/50	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	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
Напиток лимонный №313, сб. 2021	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.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'		37,71	16,00	32,35	0,46	118,32	888,53	134,3	240	507,3	10,6	50,51	640,51	4,62	0,48	17,14
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом №5.2 сб.2021	150	10,56	2,73	12,27	0,00	57,49	378,76	39,17	30,33	121,1	1,61	71,81	1244,08	0,62	0,13	0,47
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
Итого за 'Полдник'		12,11	4,18	13,72	0,00	68,84	441,17	92,24	36,42	160,2	1,68	77,81	1255,08	0,62	0,14	0,73
Ужин																
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	90	0,99	0,00	0,18	0,18	4,68	23,34	12,6	18	23,4	0,81	0	119,7	0,63	0,05	22,5
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2021	230	12,87	6,46	19,87	0,00	40,52	393,23	255,1	22,18	196,6	1,08	141,5	157,91	1,17	0,08	0,17
Напиток яблочный №320, сб. 2021	200	0,10	0,00	0,09	0,00	24,58	94,56	4,35	2,07	2,53	0,57	0	1,32	0,05	0,01	1,06
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	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'		14,61	6,46	20,26	0,30	73,87	530,08	275,5	46,86	238	2,84	141,5	279,03	1,99	0,16	23,72
второй ужин																
Йогурт №297 сб. 2021	190	5,40	5,40	5,96	0,00	7,45	108,55	223,4	26,07	176,9	0,19	37,24	41,8	0	0,06	1,3
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
Итого за 'второй ужин'		6,95	5,40	6,15	0,20	17,56	156,67	228	32,54	193,9	0,58	37,24	41,8	0,26	0,09	1,3
Итого за день		99,01	52,64	104,05	2,46	376,63	2792,33	1006	437,7	1534	26,6	594,1	2704,62	9,98	1,15	62,87

Завпроизводством: Х (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра к (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская
И
Наименов

МЕНЮ на 26.03.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.03.2025 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Белки, г			Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
	Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	180	16,64	17,69	26,93	0,00	2,95	320,22	113,4	19,08	253,4	2,85	275	458,53	0,95	0,08	0,24
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	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
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 'Завтрак'		23,61	20,59	31,06	1,00	55,16	585,53	255,3	66,75	396,2	7,55	287	488,2	1,78	0,22	15,96
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2021	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99
Свекольник №70 сб.2021	250	2,47	0,28	4,47	0,00	17,76	115,26	33,33	27,63	60,5	1,39	14,16	232,91	0,24	0,06	4,97
Бефстроганов №94, сб.2021	50/50	20,83	15,70	16,33	0,00	3,59	244,09	17,26	19,72	134,3	2,12	7,65	218	0,52	0,03	0,07
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	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
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.	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.	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'		38,81	16,00	32,58	0,68	120,04	902,86	145,9	248,3	523,7	13,4	50,51	640,4	4,84	0,5	20,02
Итого за день		62,42	36,59	63,63	1,68	175,20	1488,39	401,2	315,1	920	21	337,6	1128,6	6,62	0,72	35,99

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)