

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

МЕНЮ на 26.09.2025 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																
Каша пшенная молочная жидкая №208, сб. 2025	160	6,37	2,93	8,00	0,00	28,16	208,43	126,6	36,54	144,9	0,91	56,9	63,69	0,24	0,12	0,22
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 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
Салат из свеклы с изюмом №26, сб. 2025	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
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'		16,88	5,98	16,27	0,83	117,03	669,88	280,2	85,89	312,2	5,71	68,9	87	3,73	0,28	5,26
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	100	0,47	0,00	2,83	0,00	2,88	37,82	9	7,24	15,36	0,34	0	34,52	0,2	0,02	3,42
Суп кудрявый с мясом №78.3, сб. 2025	225	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
Филе горбуши припущенное №79, сб. 2025	90	20,51	20,42	6,49	0,00	0,74	142,93	16,96	24,56	135,3	0,54	24,91	105,21	1,68	0,16	0,23
Спагетти отварные №227, сб. 2025	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб. 2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		37,78	24,72	20,19	1,04	109,68	764,92	69,72	73,49	302,9	3,48	76,12	387,35	3,76	0,38	11,33
Полдник																
Дучмаки с творогом №281, сб. 2025	100	13,81	11,59	17,58	0,00	29,62	332,07	100,2	18,94	171,7	0,87	76,43	138,85	1,37	0,07	0,14
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2025	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
Итого за 'Полдник'		13,90	11,59	17,66	0,00	54,05	426,01	104,4	20,9	174,1	1,41	76,43	140,1	1,42	0,07	1,14
Ужин																
Запеканка капустная с мясом №121, сб. 2025	180	17,31	12,58	15,76	0,00	25,74	306,23	137,3	51,65	211	2,16	75,39	101,96	0,58	0,09	25,21
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	175	0,52	0,00	0,39	0,39	17,08	66,09	24,77	15,64	20,86	3	0	2,61	0,52	0,03	6,52
Итого за 'Ужин'		22,25	14,03	18,06	0,76	63,39	490,68	214,9	73,38	271	5,2	84,39	121,06	1,15	0,13	31,98
Итого за день		90,81	56,33	72,18	2,64	344,16	2351,48	669,1	253,7	1060	15,8	305,8	735,51	10,06	0,87	49,71

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

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

даю
 ор ГБОУ Уфимская КШИ
 Б.Р.Б.
 Наименование блюд
 №208

МЕНЮ на 26.09.2025 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	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша пшенинная молочная жидкая №208, сб. 2025	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
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 пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2025	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
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'		19,48	6,35	18,63	1,03	134,22	768,33	305,3	99,74	352,9	6,4	76,01	95,29	4,61	0,33	5,42
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	120	0,97	0,00	5,66	0,00	5,89	76,23	18,82	14,97	32,18	0,69	0	69,44	0,41	0,03	7
Суп кудрявый с мясом №78.3, сб.2025	275	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
Филе горбуши припущенное №79, сб.2025	120	27,35	27,23	8,65	0,00	0,98	190,57	22,61	32,74	180,4	0,72	33,21	140,28	2,24	0,21	0,31
Спагетти отварные №227, сб.2025	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
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		49,67	32,60	27,79	1,37	136,51	987,11	95,18	98,94	399,5	4,59	96,51	517,92	4,93	0,5	16,91
Полдник																
Дучмаки с творогом №281, сб. 2025	120	16,57	13,91	21,09	0,00	35,54	398,48	120,2	22,73	206,1	1,04	91,72	166,62	1,65	0,08	0,16
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2025	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
Итого за 'Полдник'		16,66	13,91	21,18	0,00	59,98	492,42	124,4	24,69	208,5	1,58	91,72	167,87	1,7	0,09	1,16
Ужин																
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2025	180	17,31	12,58	15,76	0,00	25,74	306,23	137,3	51,65	211	2,16	75,39	101,96	0,58	0,09	25,21
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
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Груша ТК № 5	175	0,52	0,00	0,39	0,39	17,08	66,09	24,77	15,64	20,86	3	0	2,61	0,52	0,03	6,52
Итого за 'Ужин'		23,74	14,03	18,24	0,94	72,59	535,76	214,9	73,38	271	5,2	84,39	121,06	1,15	0,13	31,98
Итого за день		109,55	66,89	85,83	3,34	403,29	2783,63	739,7	296,8	1232	17,8	348,6	902,14	12,39	1,05	55,48

7

(Хурматуллина Р.М.)

(Кузьмина О.В.)

ерждаю
ектор ГБОУ Уфимская КЛ
Б.Р.

Уфимская
КШИ №92

Наименование

МЕНЮ на 26.09.2025 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Ex-

Медсестра



(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 26.09.2025 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	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2025	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
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 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
Груша ТК № 5	175	0,52	0,00	0,39	0,39	17,08	66,09	24,77	15,64	20,86	3	0	2,61	0,52	0,03	6,52
Итого за 'Завтрак'		13,65	6,35	12,60	0,78	83,90	490,57	282,1	81,87	296,3	4,92	76,01	96,26	1,31	0,26	7,28
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	120	0,94	0,00	5,65	0,00	5,77	75,65	18,01	14,49	30,72	0,67	0	69,04	0,4	0,03	6,84
Суп кудрявый с мясом №78.3, сб.2025	275	14,42	12,78	13,96	0,45	20,87	264,68	36,67	37,41	171	2,41	46,08	276,44	0,95	0,13	9,6
Филе горбуши припущенное №79, сб.2025	120	27,35	27,23	8,65	0,00	0,98	190,57	22,61	32,74	180,4	0,72	33,21	140,28	2,24	0,21	0,31
Спагетти отварные №227, сб.2025	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
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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
Итого за 'Обед'		52,65	40,04	32,98	0,93	111,87	944,14	100,1	109,6	475,1	5,79	96,51	517,59	5,19	0,53	16,75
Итого за день		66,30	46,39	45,58	1,71	195,77	1434,71	382,2	191,4	771,4	10,7	172,5	613,86	6,5	0,79	24,03

Завпроизводством:

Л

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

Ч

(Кузьмина О.В.)