

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

МЕНЮ на 27.01.2025 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,мг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	160	4,78	2,36	6,41	0,00	24,42	172,77	100,9	15,03	88,56	0,33	42,15	28,46	0,04	0,06	0,43
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 пшеничный с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	142	0,57	0,00	0,57	0,57	16,47	69,13	22,72	12,78	15,62	3,12	0	7,1	0,28	0,04	14,2
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'		15,22	5,45	18,78	1,47	117,18	687,61	260,8	69,27	258,2	7,73	112	122,86	1,63	0,26	19,15
Обед																
Салат из белокачанной капусты и свеклы, №7, сб.2021	60	1,40	0,00	4,25	0,00	6,79	67,30	37,67	13,7	26,77	0,6	0	2,35	1,96	0,02	30
Уха с крупой №71, сб.2021 г.	200	4,26	2,77	0,48	0,40	12,14	68,56	15,27	22,28	76,02	0,7	0,9	3,26	0,15	0,07	3,88
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05
Соус томатный №248, сб. 2021	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,65	37,88	2,93	4,48	8,35	0,2	11,21	101,68	0,15	0,01	1,36
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	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
Компот из изюма №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	23,02	87,84	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
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
Хлеб ржано-пшеничный №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 '		28,69	16,67	17,45	0,95	111,95	707,49	102,8	75,51	297,3	3,69	29,05	141,73	3,87	0,25	35,29
Полдник																
Блины, № 257, сб. 2021	100	7,10	3,10	12,59	0,00	32,50	270,53	85,64	14,91	97,23	0,67	50,81	40,81	0,06	0,07	0,36
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №324, сб.2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник '		7,10	3,10	12,59	0,00	52,48	346,45	86,12	14,91	97,23	0,73	50,81	40,81	0,06	0,07	0,36
Ужин																
Салат "Школьный" №32, сб.2021	60	1,04	0,00	4,44	0,00	5,94	64,56	20,04	12,52	27,2	0,68	0	5,54	2,26	0,02	2,75
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб.2021	120	18,26	17,86	7,94	0,00	3,70	159,18	47,49	25,23	194,9	1,25	87,59	117,92	0,69	0,09	0,65
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	28,70	166,08	16,86	37,56	95,55	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26
Хлеб ржано-пшеничный №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
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 'Ужин'		24,65	19,33	18,21	0,75	51,74	461,70	139,2	83,7	364,6	3,67	119,5	168,62	3,25	0,29	10,92
второй ужин																
Кефир №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 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 'второй ужин'		6,44	5,12	5,76	0,12	17,42	150,70	214,3	26,57	176,3	0,35	35,28	39,6	0,22	0,07	1,23
Итого за день		82,10	49,67	72,79	3,29	350,77	2353,96	803,2	270	1194	16,2	346,6	513,63	9,03	0,94	66,94

Зав.производством: Je- (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра h (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 27.01.2025 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 манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
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 пшеничный с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2021г.	80/10	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	142	0,57	0,00	0,57	0,57	16,47	69,13	22,72	12,78	15,62	3,12	0	7,1	0,28	0,04	14,2
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'		15,82	5,74	19,58	1,47	120,24	709,21	273,4	71,15	269,3	7,78	117,2	126,41	1,63	0,27	19,2
Обед																
Салат из белокочанной капусты и свеклы, №7, сб. 2021	100	2,33	0,00	7,08	0,00	11,32	112,16	62,78	22,84	44,61	1,01	0	3,91	3,26	0,04	50
Уха с крупой №71, сб. 2021 г.	250	5,32	3,46	0,60	0,50	15,18	85,69	19,09	27,85	95,02	0,87	1,12	4,08	0,18	0,09	4,85
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г. 1	110	15,91	15,25	7,28	0,34	16,08	193,15	35,27	25,09	138,6	1,1	2,85	8,71	0,45	0,06	0,05
Соус томатный №248, сб. 2021	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,65	37,88	2,93	4,48	8,35	0,2	11,21	101,68	0,15	0,01	1,36
Макаронные изделия отварные №227, сб. 2021	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
Компот из изюма с вит. С №310, сб. 2021	200	0,34	0,00	0,00	0,00	22,75	86,82	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный ТК № 1	50	3,31	0,00	0,29	0,29	25,90	119,66	6,5	4,69	21,78	0,42	0	0	0,55	0,04	0
Хлеб пшенично-ржаной №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'		34,67	18,76	21,91	1,23	138,92	876,44	140,2	96,94	367,2	4,77	32,41	150,22	5,67	0,33	56,26
Полдник																
Блины, № 257, сб. 2021	150	10,66	4,65	18,89	0,00	48,74	405,80	128,5	22,37	145,8	1	76,22	61,22	0,09	0,11	0,54
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №324, сб. 2021	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		10,66	4,65	18,89	0,00	68,72	481,72	128,9	22,37	145,8	1,06	76,22	61,22	0,09	0,11	0,54
Ужин																
Салат "Школьный" №32, сб. 2021	100	1,74	0,00	7,40	0,00	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб. 2021	120	18,26	17,86	7,94	0,00	3,70	159,18	47,49	25,23	194,9	1,25	87,59	117,92	0,69	0,09	0,65
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2021	180	3,47	0,02	4,31	0,69	28,70	166,08	16,86	37,56	95,55	1,48	25,9	34,11	0,23	0,15	7,26
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
Хлеб ржано-пшеничный №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 'Ужин'		25,51	19,33	21,20	0,78	56,72	509,47	153,4	93,2	386,6	4,21	119,5	172,34	4,79	0,31	12,75
второй ужин																
Кефир №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 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 'второй ужин'		6,44	5,12	5,76	0,12	17,42	150,70	214,3	26,57	176,3	0,35	35,28	39,6	0,22	0,07	1,23
Итого за день		93,09	53,60	87,35	3,59	402,02	2727,55	910,2	310,2	1345	18,2	380,6	549,8	12,41	1,08	89,98

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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



МЕНЮ на 27.01.2025 г. школа 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																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2021	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4
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 пшеничный с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2021г.	50/10	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	142	0,57	0,00	0,57	0,57	16,47	69,13	22,72	12,78	15,62	3,12	0	7,1	0,28	0,04	14,2
Итого за 'Завтрак'		12,60	5,30	18,06	1,16	84,70	542,47	238	58,5	230	4,7	109	121,1	1,2	0,22	15,1
Обед																
Салат из белокочанной капусты и свеклы, №7, сб. 2021	60	1,40	0,00	4,25	0,00	6,79	67,30	37,67	13,7	26,77	0,6	0	2,35	1,96	0,02	30
Уха с крупой №71, сб. 2021 г.	200	4,26	2,77	0,48	0,40	12,14	68,56	15,27	22,28	76,02	0,7	0,9	3,26	0,15	0,07	3,88
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05
Соус томатный №248, сб. 2021	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,65	37,88	2,93	4,48	8,35	0,2	11,21	101,68	0,15	0,01	1,36
Макаронные изделия отварные №227, сб. 2021	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
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
Хлеб ржано-пшеничный №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 '		29,34	16,67	17,65	1,15	109,54	706,13	117	83,5	311	6,5	29,1	141,7	4,07	0,27	39,3
Итого за день		41,94	21,98	35,71	2,30	194,24	1248,60	354	142	541	11	138	262,8	5,28	0,49	54,4

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М.

Медсестра Кузьмина О.В.

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

МЕНЮ на 27.01.2025 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 манная молочная жидкая №205, сб. 2021	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
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 пшеничный с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2021г.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	142	0,57	0,00	0,57	0,57	16,47	69,13	22,72	12,78	15,62	3,12	0	7,1	0,28	0,04	14,2
Итого за 'Завтрак'		13,50	5,74	19,27	1,16	89,28	574,87	256,8	61,27	246,6	4,81	117,2	126,41	1,21	0,23	15,2
Обед																
Салат из белокачанной капусты и свеклы, №7, сб. 2021	100	2,33	0,00	7,08	0,00	11,32	112,16	62,78	22,84	44,61	1,01	0	3,91	3,26	0,04	50
Уха с крупой №71, сб. 2021 г.	250	5,32	3,46	0,60	0,50	15,18	85,69	19,09	27,85	95,02	0,87	1,12	4,08	0,18	0,09	4,85
Котлеты № 99, сб. шк. 2021 г.	110	15,91	15,25	7,28	0,34	16,08	193,15	35,27	25,09	138,6	1,1	2,85	8,71	0,45	0,06	0,05
Соус томатный №248, сб. 2021	50	0,62	0,02	2,33	0,00	3,65	37,88	2,93	4,48	8,35	0,2	11,21	101,68	0,15	0,01	1,36
Макаронные изделия отварные №227, сб. 2021	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
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	50	3,31	0,00	0,29	0,29	25,90	119,66	6,5	4,69	21,78	0,42	0	0	0,55	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный №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 '		35,33	18,76	22,11	1,43	136,77	876,10	153,9	104,9	381,2	7,54	32,41	150,22	5,87	0,35	60,26
Итого за день		48,82	24,50	41,38	2,58	226,05	1450,97	410,8	166,2	627,8	12,4	149,6	276,64	7,08	0,58	75,46

Запроизводством:

(Хурмагуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)