

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

МЕНЮ на 28.03.2025 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																
Каша пшенная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	6,16	2,93	7,72	0,00	26,69	199,24	126,1	35,08	141	0,86	55,3	61,87	0,23	0,12	0,22
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 пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	4,65	19,42	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6
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
Итого за 'Завтрак'		14,15	4,43	18,10	0,85	93,72	585,16	222,6	89,25	277,1	5,3	119,1	1347,17	1,55	0,27	5,08
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 года ТК № 8	60	0,47	0,00	4,86	4,86	2,09	53,02	10,8	8,26	19,88	0,36	0	23,35	2,25	0,02	7,47
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Котлеты № 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
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
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.	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'		26,38	16,07	20,32	5,57	112,19	714,23	142,8	92,32	287,1	4,26	13,92	281,66	6,02	0,26	44,7
Полдник																
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Полдник'		9,30	6,11	8,42	0,13	54,50	318,77	250,9	38,92	205,5	0,79	25,28	51,74	1,33	0,13	41,52
Ужин																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51
Макароны, запеченные с сыром №228, сб.2021	180	8,51	3,82	13,02	0,00	30,09	271,14	137	13,25	111,3	0,75	71,47	31,77	0,05	0,05	0,04
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 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 'Ужин'		12,63	5,73	23,61	0,06	50,81	461,29	161,3	36,46	190,7	1,83	93,97	468,37	4,77	0,14	3,67
Итого за день		62,46	32,34	70,45	6,61	311,22	2079,44	777,5	257	960,3	12,2	252,3	2148,94	13,68	0,8	94,97

Зав.производством: Т.С. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 28.03.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	200	8,21	3,91	10,29	0,00	35,59	265,66	168,1	46,77	188	1,14	73,73	82,49	0,31	0,16	0,25
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 пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
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
Итого за 'Завтрак'		16,70	5,41	20,71	0,88	105,72	664,52	274,4	114,7	344	5,84	137,6	2173,79	1,79	0,33	5,56
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 года ТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Котлеты № 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
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
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 'Обед'		29,98	17,99	24,51	7,27	123,44	808,88	169	110,8	332,2	5,07	17,01	375,1	7,54	0,32	58,92
Полдник																
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Полдник'		9,30	6,11	8,42	0,13	54,50	318,77	250,9	38,92	205,5	0,79	25,28	51,74	1,33	0,13	41,52
Ужин																
Салат "Студенческий" №41, сб.2021	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51
Макароны, запеченные с сыром №228, сб.2021	200	9,46	4,23	14,46	0,00	33,44	301,27	152,3	14,72	123,7	0,84	79,41	35,3	0,05	0,05	0,04
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 №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.	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
Итого за 'Ужин'		15,36	6,15	25,30	0,30	65,80	546,64	182,3	46,12	225,9	2,44	101,9	471,93	5,09	0,18	3,67
Итого за день		71,34	35,66	78,94	8,58	349,46	2338,81	876,6	310,6	1108	14,2	281,8	3072,57	15,76	0,95	109,7

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 28.03.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшеничная молочная жидкая №208, сб. 2021	150	6,16	2,93	7,72	0,00	26,69	199,24	126,1	35,08	141	0,86	55,3	61,87	0,23	0,12	0,22
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	60	0,75	0,00	0,06	0,06	4,65	19,42	14,69	20,67	29,92	0,38	0	1209	0,24	0,03	0,6
Пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0
Итого за 'Завтрак'		13,99	4,38	11,91	0,38	98,11	538,81	206,9	77,13	263,5	2,36	61,3	1281,87	2,11	0,25	1,08
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 годаТК № 8	60	0,57	0,00	4,89	4,89	2,61	55,71	11,1	10,2	20,5	0,45	0	42,9	2,35	0,03	10,5
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Котлеты № 99, сб. shk. 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
Капуста тушеная №148, сб. 2021	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.shk.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.	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.	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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Обед'		26,58	16,07	20,41	5,66	116,27	730,85	164,5	100,9	297,5	4,42	13,92	306,6	6,17	0,29	88,15
Итого за день		40,56	20,45	32,32	6,04	214,38	1269,66	371,3	178	561	6,79	75,22	1588,47	8,28	0,54	89,23

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 28.03.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2021	180	7,39	3,52	9,26	0,00	32,03	239,09	151,3	42,1	169,2	1,03	66,36	74,24	0,28	0,14	0,26
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 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
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
Пряники сб.2021	50	2,95	0,00	2,35	0,00	38,55	177,55	5,5	4,5	25	0,4	0	0	1,2	0,04	0
Итого за 'Завтрак'		16,23	4,97	13,55	0,49	109,92	607,65	243,4	100,1	317,3	2,92	72,36	2100,24	2,4	0,3	1,53
Обед																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 годаТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2021	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Котлеты № 99, сб. shk. 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
Капуста тушеная №148, сб. 2021	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.shk.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.	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
Апельсин сб.2021г.	245	0,61	0,00	0,13	0,13	6,94	29,97	22,91	8,76	15,5	0,2	0	5,39	0,13	0,03	40,43
Итого за 'Обед'		30,67	17,99	24,66	7,42	130,89	841,22	192,3	120,2	349,6	5,32	17,01	380,5	7,69	0,35	99,35
Итого за день		46,90	22,96	38,21	7,90	240,81	1448,87	435,7	220,3	666,9	8,24	89,37	2480,74	10,1	0,65	100,9

Завпроизводством: Хурматуллина Р.М. (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Кузьмина О.В. (Кузьмина О.В.)