

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

МЕНЮ на 28.04.2025 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 гречневая молочная вязкая, №193 сб. 2021	150	6,52	2,01	6,65	0,00	30,45	200,58	90,36	78,71	160,7	2,47	37,93	42,61	0,33	0,16	0,36
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 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
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	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
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'		17,00	4,96	18,85	0,98	104,66	641,38	244,4	139,9	356,3	7,66	107,8	135,99	1,65	0,34	10,88
Обед																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	60	0,93	0,00	0,06	0,06	6,80	27,56	22,95	13,65	26,67	0,87	0	1,27	0,06	0,01	2,22
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г	200/25	8,89	7,50	10,58	0,16	8,53	162,42	35,99	24,24	107,9	1,63	30,88	195,62	0,34	0,06	9,61
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Соус томатный №248, сб. 2021	30	0,37	0,01	1,40	0,00	2,19	22,73	1,76	2,69	5,01	0,12	6,73	61,01	0,09	0,01	0,82
Спагетти 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	32,80	125,01	0,58	0	0	0,06	0	0	0	0	0
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
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'		30,65	20,47	25,90	0,40	106,49	765,98	112,5	77,7	324	4,61	60,1	307,5	5,99	0,27	12,78
Полдник																
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
Банан сб.2021г. ТК № 5	220	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Зефир сб.2021	40	0,32	0,32	0,04	0,00	32,32	125,54	10	2,4	4,8	0,56	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		8,74	5,44	6,78	1,10	89,32	438,48	239,3	119,5	234	2,06	35,28	83,6	0,88	0,14	23,23
Ужин																
Салат "Мипат" №35, сб.2021	60	1,00	0,63	5,01	0,00	4,79	66,45	12,66	10,79	22,95	0,75	7,5	514,25	2,38	0,02	1,5
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	200	15,77	13,01	17,19	6,00	22,92	307,44	23,63	46,74	212,3	3,16	0	12,92	3,19	0,16	9,64
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 "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №2, сб.2021г.	30/20	3,71	3,44	3,53	0,05	1,75	53,93	132,1	9,16	85,04	0,26	27,44	31,78	0,11	0,01	0,09
Итого за 'Ужин'		22,03	18,53	27,18	6,05	40,81	490,23	221,5	72,78	359,5	4,23	40,94	569,95	5,68	0,2	11,49
второй ужин																
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
Итого за 'второй ужин'		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
Итого за день		84,16	55,50	84,65	8,54	350,30	2447,32	1040	435,5	1439	18,7	269,4	1143,39	14,2	1,01	59,48

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

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 28.04.2025 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,мг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша гречневая молочная вязкая, №193 сб. 2021	180	7,82	2,41	7,99	0,00	36,54	240,69	108,4	94,45	192,8	2,96	45,52	51,14	0,4	0,19	0,44
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 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
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	60	0,48	0,00	0,06	0,06	2,10	9,56	13,8	8,4	25,2	0,36	0	6	0,06	0,02	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
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'		18,30	5,36	20,18	0,98	110,75	681,50	262,5	155,6	388,4	8,15	115,3	144,51	1,72	0,37	10,96
Обед																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021 г.	250/25	9,29	7,56	11,66	0,20	10,66	181,62	44,12	28,22	117,3	1,77	38,6	244,52	0,38	0,08	12,01
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	110	16,44	15,81	12,40	0,00	16,19	241,58	45,81	28,59	154	0,94	9,95	28,22	5,43	0,11	0,16
Соус томатный №248, сб. 2021	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09
Спагетти 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 №310, сб.2021	200	0,35	0,00	0,00	0,00	32,80	125,01	0,58	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.	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'		36,72	23,41	30,58	0,62	129,16	920,50	142,8	99,2	395,1	5,76	74,74	387,61	7,44	0,34	16,22
Полдник																
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
Банан сб.2021г. ТК № 5	220	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Зефир сб.2021	40	0,32	0,32	0,04	0,00	32,32	125,54	10	2,4	4,8	0,56	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		8,74	5,44	6,78	1,10	89,32	438,48	239,3	119,5	234	2,06	35,28	83,6	0,88	0,14	23,23
Ужин																
Салат "Мишат" №35, сб.2021	80	1,33	0,85	6,68	0,00	6,38	88,60	16,88	14,39	30,6	0,99	10	685,67	3,17	0,02	2
Жаркое по-домашнему №97, сб.2014 г.	220	17,35	14,31	18,91	6,60	25,21	338,18	25,99	51,42	233,6	3,48	0	14,21	3,51	0,17	10,6
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 "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №2, сб.2021г	70/30	5,80	5,15	5,33	0,12	4,09	87,67	199,4	15,39	133,1	0,52	41,16	47,7	0,22	0,02	0,14
Итого за 'Ужин'		26,03	21,76	32,38	6,72	47,04	576,86	295,4	87,28	436,4	5,06	57,16	758,58	6,9	0,24	13
второй ужин																
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
Итого за 'второй ужин'		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
Итого за день		95,54	62,07	95,86	9,42	385,27	2728,59	1162	487,3	1619	21,2	307,8	1420,66	16,94	1,15	64,51

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

Медсестра И.И. (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 28.04.2025 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 гречневая молочная вязкая, №193 сб. 2021	150	6,52	2,01	6,65	0,00	30,45	200,58	90,36	78,71	160,7	2,47	37,93	42,61	0,33	0,16	0,36
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 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
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	90	0,72	0,00	0,09	0,09	3,15	14,34	20,7	12,6	37,8	0,54	0	9	0,09	0,03	9
Итого за 'Завтрак'		15,20	4,96	18,55	0,68	78,37	527,60	234,3	131,8	343,5	4,77	107,8	138,99	1,31	0,31	9,88
Обед																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	60	0,93	0,00	0,06	0,06	6,80	27,56	22,95	13,65	26,67	0,87	0	1,27	0,06	0,01	2,22
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021	200/25	8,89	7,50	10,58	0,16	8,53	162,42	35,99	24,24	107,9	1,63	30,88	195,62	0,34	0,06	9,61
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13
Соус томатный №248, сб. 2021	30	0,37	0,01	1,40	0,00	2,19	22,73	1,76	2,69	5,01	0,12	6,73	61,01	0,09	0,01	0,82
Спагетти 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 "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 'Обед'		31,82	20,47	26,16	0,67	97,67	743,50	127,4	87,85	343,7	7,49	60,1	307,5	6,27	0,3	16,78
Итого за день		47,02	25,43	44,71	1,35	176,04	1271,10	361,7	219,6	687,1	12,3	167,9	446,49	7,58	0,6	26,66

Запроизводством: Жа - (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ольга - (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 28.04.2025 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 гречневая молочная вязкая, №193 сб. 2021	180	7,82	2,41	7,99	0,00	36,54	240,69	108,4	94,45	192,8	2,96	45,52	51,14	0,4	0,19	0,44
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 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
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2021	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
Итого за 'Завтрак'		16,59	5,36	19,89	0,69	84,81	569,31	254,7	148,9	379,8	5,33	115,3	148,51	1,39	0,34	10,96
Обед																
Свекла отварная № 146, сб. 2021	80	1,24	0,00	0,08	0,08	9,06	36,74	30,6	18,2	35,57	1,16	0	1,69	0,08	0,01	2,95
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом №55, сб.2021	250/25	9,29	7,56	11,66	0,20	10,66	181,62	44,12	28,22	117,3	1,77	38,6	244,52	0,38	0,08	12,01
Котлеты из филе горбуши №83 сб.2021	110	16,44	15,81	12,40	0,00	16,19	241,58	45,81	28,59	154	0,94	9,95	28,22	5,43	0,11	0,16
Соус томатный №248, сб. 2021	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09
Спагетти 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 "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
Итого за 'Обед'		37,38	23,41	30,78	0,82	116,96	881,97	156,2	107,2	409,1	8,5	74,74	387,61	7,64	0,36	20,22
Итого за день		53,97	28,77	50,67	1,51	201,77	1451,28	410,9	256,1	788,9	13,8	190,1	536,12	9,03	0,7	31,18

Завпроизводством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)