

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

МЕНЮ на 30.04.2025 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	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	160	14,79	15,73	23,93	0,00	2,62	284,64	100,8	16,96	225,3	2,54	244,5	407,58	0,84	0,07	0,22
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
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'		23,94	18,63	27,85	0,78	69,20	613,93	250,1	83,94	406,7	7,34	256,5	1638,66	1,99	0,23	5,34
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	80	0,64	0,00	6,47	6,47	2,80	70,29	18,4	11,2	33,73	0,48	0	8	2,9	0,02	8
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
Азу №94, сб.2014 г.	100	15,44	14,92	19,94	8,07	2,96	252,43	13,02	21,59	161,4	2,37	0	8,18	4,03	0,05	1,09
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	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.	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'		24,44	15,17	34,05	14,80	86,42	734,73	86	82,93	416,5	5,5	35,25	229,18	8,04	0,21	14,18
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
Печенье сб.2021ТК № 7	20	1,42	0,02	3,73	0,00	11,91	85,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	155	0,62	0,00	0,62	0,62	17,98	75,45	24,8	13,95	17,05	3,41	0	7,75	0,31	0,05	15,5
Итого за 'Полдник'		7,16	5,14	10,00	0,62	36,95	264,17	236,5	38,65	184,6	3,59	35,28	47,35	0,31	0,1	16,73
Ужин																
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
Вермишель с тертым сыром № 229 сб.2021	180	10,81	5,32	15,87	0,00	34,67	325,45	210,4	18,56	163,4	0,92	112,8	125,96	0,99	0,07	0,14
Напиток яблочный №320, сб. 2021	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
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 'Ужин'		13,43	5,32	16,33	0,37	74,38	492,54	229,2	41,29	206,2	2,58	112,8	207,06	1,79	0,15	16,14
Итого за день		68,97	44,26	88,23	16,58	266,95	2105,38	801,7	246,8	1214	19	439,8	2122,24	12,12	0,68	52,4

Зав.производством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 30.04.2025 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,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.	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
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'		25,77	20,59	30,81	0,75	69,26	646,42	271	97,68	449,1	7,78	287	2495,6	2,17	0,24	5,77
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	100	0,80	0,00	8,09	8,09	3,50	87,86	23	14	42,16	0,6	0	10	3,62	0,03	10
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
Азу №94, сб.2014 г.	100	15,44	14,92	19,94	8,07	2,96	252,43	13,02	21,59	161,4	2,37	0	8,18	4,03	0,05	1,09
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	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.	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 "		27,18	15,23	37,48	16,58	105,32	849,24	104,8	100,4	481,6	6,42	42,86	283,08	9,13	0,26	17,18
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
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	155	0,62	0,00	0,62	0,62	17,98	75,45	24,8	13,95	17,05	3,41	0	7,75	0,31	0,05	15,5
Итого за 'Полдник'		7,87	5,15	11,87	0,62	42,90	307,11	236,5	38,65	184,6	3,59	35,28	47,35	0,31	0,1	16,73
Ужин																
Помидоры свежие урожай 2025 годаТК № 8	100	1,10	0,00	0,20	0,20	5,20	25,93	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	25
Вермишель с тертым сыром № 229 сб.2021	230	13,81	6,80	20,28	0,00	44,30	415,85	268,9	23,72	208,8	1,18	144,1	160,95	1,26	0,09	0,18
Напиток яблочный №320, сб. 2021	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
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 'Ужин'		18,07	6,80	20,98	0,61	93,86	630,13	297,1	59,91	277,2	3,56	144,1	295,27	2,55	0,22	26,18
Итого за день		78,88	47,77	101,14	18,57	311,34	2432,90	909,4	296,7	1392	21,3	509,3	3121,31	14,16	0,82	65,86

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 30.04.2025 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,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.	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
Кефир №297 сб. 2021	100	2,84	2,84	3,14	0,00	3,92	57,13	117,6	13,72	93,1	0,1	19,6	22	0	0,03	0,69
Итого за 'Завтрак'		22,56	20,49	29,03	0,33	37,59	499,26	328,2	61,46	424,7	3,7	260,8	426,18	1,23	0,18	1,41
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	60	0,48	0,00	4,86	4,86	2,10	52,71	13,8	8,4	25,3	0,36	0	6	2,17	0,02	6
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
Азу №94, сб.2014 г.	90	13,89	13,43	17,94	7,26	2,67	227,19	11,72	19,43	145,3	2,13	0	7,36	3,63	0,04	0,98
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	150	4,45	0,02	3,80	0,00	34,40	185,33	18,39	18,47	146,7	0,86	23,92	26,47	0,58	0,05	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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	155	0,62	0,00	0,62	0,62	17,98	75,45	24,8	13,95	17,05	3,41	0	7,75	0,31	0,05	15,5
Итого за "		23,35	13,68	31,06	13,00	103,41	767,37	104,9	91,92	409	8,55	35,25	234,11	7,22	0,24	27,57
Итого за день		45,91	34,16	60,09	13,32	140,99	1266,64	433,1	153,4	833,7	12,3	296,1	660,29	8,45	0,42	28,98

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 30.04.2025 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																
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.	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
Кефир №297 сб. 2021	120	3,41	3,41	3,76	0,00	4,70	68,56	141,1	16,46	111,7	0,12	23,52	26,4	0	0,04	0,82
Итого за 'Завтрак'		26,93	24,01	34,28	0,46	45,60	596,14	373,6	71,69	496,9	4,46	310,6	507	1,56	0,22	1,59
Обед																
Нарезка из огурцов урожай 2025 годаТК № 8	100	0,80	0,00	8,09	8,09	3,50	87,86	23	14	42,16	0,6	0	10	3,62	0,03	10
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
Азу №94, сб.2014 г.	100	15,44	14,92	19,94	8,07	2,96	252,43	13,02	21,59	161,4	2,37	0	8,18	4,03	0,05	1,09
Каша перловая рассыпчатая №184, сб. 2021	180	5,34	0,02	4,56	0,00	41,27	222,40	22,06	22,16	176,1	1,03	28,7	31,77	0,69	0,06	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.	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
Яблоки ТК № 5 сб. 2021г.	155	0,62	0,00	0,62	0,62	17,98	75,45	24,8	13,95	17,05	3,41	0	7,75	0,31	0,05	15,5
Итого за 'обед'		27,88	15,23	38,12	17,21	123,81	927,06	130	114,9	500,6	9,88	42,86	290,84	9,46	0,31	32,68
Итого за день		54,81	39,23	72,40	17,67	169,41	1523,20	503,6	186,6	997,5	14,3	353,4	797,84	11,02	0,52	34,26

Запроизводством: Ж (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)