

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

МЕНЮ на 20.05.2026 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	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2025	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	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.2025г.	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
Горошек зеленый консерв. отварной для поджаривания сб. 2025	60	2,01	0,00	0,13	0,00	7,23	31,95	12,84	13,2	38,15	0,45	0	33,09	0,13	0,06	2,65
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 "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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'		24,17	16,27	33,05	0,92	78,84	697,83	193	67,01	367,6	7,16	293,1	491,69	2,18	0,28	7,11
Обед																
Нарезка из свежих огурцов и помидоров 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 бобовыми с мясом №67, сб.2025 г.	225	11,45	7,46	8,34	0,44	16,72	183,91	24,21	32,32	126,6	2,35	11,33	230,42	0,37	0,16	3,73
Филе минтая припущенное №79, сб.2025	90	16,03	15,94	0,61	0,00	0,74	72,09	20,83	24,56	141,9	0,46	8,3	83,07	1,02	0,07	0,25
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Компот из сухофруктов №310, сб.2025	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13
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	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'		35,80	24,21	21,62	8,01	98,43	712,15	142,5	136,6	457,1	6,15	45,17	539,03	6,34	0,49	30,56
Полдник																
Кыстыбый с картофелем №283, сб. 2025	100	5,18	1,34	8,02	0,18	27,77	203,09	37,99	15,63	70,4	0,82	38,11	70,68	1,11	0,07	0,83
Ряженка №297 сб. 2025	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Апельсин сб.2025г.	235	0,58	0,00	0,13	0,13	6,66	28,75	21,97	8,4	14,86	0,19	0	5,17	0,13	0,03	38,78
Итого за 'Полдник'		12,02	7,60	15,06	0,31	43,06	357,65	318,9	54,24	290,3	1,23	81,27	124,3	1,24	0,16	41,11
Ужин																
Голубцы ленивые №126, сб.202592	200	17,63	14,97	26,82	0,00	16,17	371,62	76,78	44,25	201,5	1,91	135,1	177,2	0,47	0,07	15,4
Чай с сахаром №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	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
Салат картофельный с огурцами солеными №39, сб.2025	60	0,89	0,00	3,10	0,15	6,62	57,10	8,98	11,81	25,88	0,43	0	133,92	1,36	0,04	2,23
Итого за 'Ужин'		18,91	14,97	29,99	0,23	33,97	473,30	87,74	58,36	235,2	2,56	135,1	311,17	1,9	0,12	17,63
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	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		96,65	69,16	105,65	9,48	263,31	2352,18	964,7	341,9	1515	17,3	580	1512,55	11,66	1,11	97,51

Зав.производством:  (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра  (Кузьмина О.В.)

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

МЕНЮ на 20.05.2026 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	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2025	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	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.2025г.	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
Горошек зеленый консерв. отварной для поджаривки сб. 2025	60	2,01	0,00	0,13	0,00	7,23	31,95	12,84	13,2	38,15	0,45	0	33,09	0,13	0,06	2,65
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 "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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'		26,95	19,22	37,54	0,92	79,34	751,29	212,1	70,21	409,9	7,63	339	568,15	2,34	0,29	7,16
Обед																
Нарезка из свежих огурцов и помидоров ТК № 8	100	0,95	0,00	8,14	8,14	4,35	92,86	18,5	17	34,16	0,75	0	71,5	3,92	0,05	17,5
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2025 г.	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Филе минтая припущенное №79, сб.2025	110	19,59	19,48	0,74	0,00	0,90	88,11	25,46	30,01	173,5	0,56	10,15	101,53	1,24	0,09	0,3
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
Компот из сухофруктов №310, сб.2025	200	1,00	0,00	0,06	0,06	32,57	123,50	30,69	18,95	25,26	0,66	0	116,6	1,1	0,01	0,13
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 '		41,35	27,76	24,15	9,85	108,04	793,83	158,4	154,9	520,4	6,98	49,85	629,42	7,53	0,56	35,05
Полдник																
Кыстыбыл с картофелем №283, сб. 2025	120	6,22	1,61	9,63	0,22	33,32	243,71	45,58	18,76	84,48	0,98	45,73	84,82	1,33	0,09	0,99
Ряженка №297 сб. 2025	180	6,26	6,26	6,91	0,00	8,63	125,81	259	30,21	205	0,22	43,16	48,44	0	0,06	1,51
Апельсин сб.2025г.	235	0,58	0,00	0,13	0,13	6,66	28,75	21,97	8,4	14,86	0,19	0	5,17	0,13	0,03	38,78
Итого за 'Полдник'		13,06	7,86	16,66	0,35	48,61	398,27	326,5	57,37	304,4	1,39	88,89	138,43	1,46	0,18	41,28
Ужин																
Голубцы ленивые №126, сб.2025	230	20,27	17,22	30,85	0,00	18,60	427,36	88,3	50,88	231,8	2,2	155,4	203,78	0,54	0,08	17,71
Чай с сахаром №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	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
Салат картофельный с огурцами солеными №39, сб.2025	110	1,62	0,00	5,68	0,28	12,13	104,69	16,46	21,64	47,45	0,78	0	245,52	2,5	0,07	4,09
Итого за 'Ужин'		22,46	17,22	36,63	0,39	42,93	581,37	107,6	75,98	290,8	3,3	155,4	449,38	3,14	0,16	21,8
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	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		109,55	78,18	120,92	11,50	287,93	2636,01	1027	384,2	1690	19,5	658,4	1831,74	14,47	1,25	106,4

Завпроизводством:

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

(Кузьмина О.В.)

верждаю
ректор БОУ Уфимская К

МЕНЮ на 20.05.2026 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: Хи- (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)



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

МЕНЮ на 20.05.2026 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	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	150	13,89	14,77	22,46	0,00	2,49	267,31	95,4	16,01	211,9	2,38	229,3	382,3	0,79	0,07	0,21
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.	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
Апельсин сб.2021г.	235	0,58	0,00	0,13	0,13	6,66	28,75	21,97	8,4	14,86	0,19	0	5,17	0,13	0,03	38,78
Итого за 'Завтрак'		20,71	16,27	32,72	0,72	50,93	576,07	185,1	49,9	318,9	3,84	293,1	463,77	1,8	0,2	39,24
Обед																
Нарезка из свежих огурцов и помидоров ТК № 8	100	0,95	0,00	8,14	8,14	4,35	92,86	18,5	17	34,16	0,75	0	71,5	3,92	0,05	17,5
Суп картофельный с бобовыми с мясом №67, сб.2021 г.	275	12,57	7,46	9,02	0,55	20,90	210,23	29,47	38,49	141,9	2,7	14,16	288,02	0,42	0,2	4,66
Филе минтая припущенное №79, сб.2021	110	19,59	19,48	0,74	0,00	0,90	88,11	25,46	30,01	173,5	0,56	10,15	101,53	1,24	0,09	0,3
Картофельное пюре № 146, сб. 2021	180	3,66	0,81	5,71	0,62	26,02	168,69	42,72	34,09	99,87	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,46
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.	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.2021г.	70	5,21	0,00	0,62	0,62	32,17	157,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		46,08	27,76	24,83	10,52	125,18	900,41	139,2	140,5	497,5	8,84	49,85	512,75	6,52	0,56	38,92
Итого за день		66,79	44,03	57,54	11,24	176,11	1476,48	324,3	190,4	816,4	12,7	343	976,52	8,32	0,76	78,16

Запроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)