

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

МЕНЮ на 21.05.2026 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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	160	26,14	23,46	19,99	0,00	31,61	413,20	217,5	34,63	284,9	1	130,1	148,24	0,83	0,09	0,38
Чай №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 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
Морковь отварная №16, сб. 2025 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
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'		32,36	23,46	20,75	0,76	96,32	695,21	266,3	89,74	385,9	5,29	130,1	2163,24	2,09	0,22	5,38
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	80	1,46	0,00	7,97	7,95	7,75	105,68	18,15	19,77	42,75	0,63	0	329,95	3,66	0,08	9,22
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	200	2,10	0,26	2,12	0,16	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2025 г.	100	10,88	10,72	13,66	10,77	11,39	210,51	12,22	18,28	98,95	0,78	0	0	5,31	0,02	0,05
Капуста тушеная №148, сб. 2025	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 свежих плодов №311, сб. 2025	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		23,68	10,98	30,28	19,48	103,45	763,82	145,8	96,98	274	4,63	16,8	602,62	12,72	0,27	52,82
Полдник																
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
Вафли сб.2025	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5
Итого за 'Полдник'		7,32	6,11	7,66	0,74	54,59	304,64	256,9	45,31	196,1	4,7	25,88	56,5	0,58	0,13	19,6
Ужин																
Фрикадельки из говядины №107, сб.2025	110	14,20	13,95	10,60	0,00	8,80	187,15	11,92	27,14	150,2	1,26	22,88	29,8	0,28	0,06	0
Соус томатный №248, сб. 2025	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
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2025 г.	200	0,25	0,00	0,17	0,20	29,70	113,46	11,71	6,92	9,22	1,39	0	1,33	0,27	0,01	1,33
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 'Ужин'		23,86	13,98	18,22	0,26	88,48	593,12	41,05	170,6	359,6	7,46	52,34	140,38	1,33	0,32	2,41
второй ужин																
Йогурт №297 сб. 2025	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 "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 'второй ужин'		6,15	5,12	5,78	0,13	13,80	134,92	214,7	29,01	179	0,44	35,28	39,6	0,17	0,07	1,23
Итого за день		93,38	59,64	82,68	21,37	356,64	2491,70	924,7	431,7	1395	22,5	260,4	3002,34	16,89	1,01	81,45

Зав.производством:

Л.К.

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

К

(Кузьмина О.В.)

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

Наименование блюда

Завтрак

2020 г. 05. 2025

МЕНЮ на 21.05.2026 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	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	200	32,68	29,33	24,99	0,00	39,51	516,50	271,8	43,29	356,1	1,26	162,6	185,31	1,04	0,11	0,47
Чай №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 пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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. 2025 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
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
Итого за 'Завтрак'		40,59	29,33	25,93	0,95	116,14	854,52	325	103,7	472,8	5,88	162,6	2200,31	2,58	0,27	5,48
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	250	2,63	0,32	2,66	0,20	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2025 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Капуста тушеная №148, сб. 2025	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 свежих плодов №311, сб. 2025	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6
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.	50	3,72	0,00	0,44	0,44	22,98	112,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		28,01	13,18	35,69	23,82	119,10	891,34	157,3	111,3	320,3	5,23	21	729,97	14,84	0,32	56,06
Полдник																
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
Вафли сб.2025	30	0,84	0,00	0,99	0,00	24,12	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	0,9	0,21	0,01	0
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	185	0,74	0,00	0,74	0,74	21,46	90,06	29,6	16,65	20,35	4,07	0	9,25	0,37	0,06	18,5
Итого за 'Полдник'		7,32	6,11	7,66	0,74	54,59	304,64	256,9	45,31	196,1	4,7	25,88	56,5	0,58	0,13	19,6
Ужин																
Фрикадельки из говядины №107, сб.2025	120	15,49	15,22	11,56	0,00	9,60	204,17	13	29,6	163,8	1,38	24,96	32,5	0,31	0,06	0
Соус томатный №248, сб. 2025	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
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	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
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2025 г.	200	0,13	0,00	0,03	0,03	19,57	75,15	5,02	1,7	3	0,09	0	1,2	0,03	0	3,6
Итого за 'Ужин'		26,88	15,26	20,61	0,09	88,88	629,95	38,76	195	406,7	7,21	61,13	168,87	1,28	0,37	4,96
второй ужин																
Йогурт №297 сб. 2025	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
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 'второй ужин'		6,72	5,68	6,40	0,13	14,58	146,35	238,2	31,75	197,6	0,46	39,2	44	0,17	0,08	1,37
Итого за день		109,52	69,56	96,29	25,72	393,30	2826,79	1016	487	1593	23,5	309,8	3199,65	19,45	1,16	87,46

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)



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

МЕНЮ на 21.05.2026 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																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	150	24,51	21,99	18,74	0,00	29,63	387,37	203,9	32,47	267,1	0,94	121,9	138,98	0,78	0,08	0,35
Чай №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 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
Морковь отварная №16, сб. 2025 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
Итого за 'Завтрак'		28,41	21,99	19,18	0,44	63,38	535,04	236,1	77,7	345,4	2,26	121,9	2153,98	1,62	0,17	1,36
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	80	1,46	0,00	7,97	7,95	7,75	105,68	18,15	19,77	42,75	0,63	0	329,95	3,66	0,08	9,22
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	200	2,10	0,26	2,12	0,16	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2025 г.	100	10,88	10,72	13,66	10,77	11,39	210,51	12,22	18,28	98,95	0,78	0	0	5,31	0,02	0,05
Капуста тушеная №148, сб. 2025	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 свежих плодов №311, сб. 2025	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	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.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		22,49	10,98	29,25	19,42	96,63	724,10	129,1	89,33	257,5	4,29	16,8	587,42	12,12	0,25	46,44
Итого за день		50,90	32,97	48,43	19,86	160,01	1259,14	365,2	167	602,8	6,54	138,7	2741,4	13,73	0,42	47,8

Запроизводством: Х (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р.Баев

МЕНЮ на 21.05.2026 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																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	180	29,41	26,39	22,49	0,00	35,56	464,85	244,7	38,96	320,5	1,13	146,3	166,77	0,94	0,1	0,42
Чай №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 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
Морковь отварная №16, сб. 2025 г.	110	1,37	0,00	0,11	0,11	8,53	35,60	26,93	37,9	54,86	0,7	0	2216,5	0,44	0,05	1,11
Итого за 'Завтрак'		33,95	26,39	23,00	0,52	73,46	631,79	280,9	89,8	409,4	2,64	146,3	2383,27	1,9	0,21	1,53
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	100	1,83	0,00	9,96	9,93	9,68	132,10	22,69	24,71	53,43	0,78	0	412,44	4,57	0,09	11,53
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	250	2,63	0,32	2,66	0,20	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Тефтели из говядины с рисом №110, сб.2025 г.	120	13,06	12,86	16,40	12,92	13,67	252,61	14,67	21,94	118,7	0,94	0	0	6,37	0,03	0,06
Капуста тушеная №148, сб. 2025	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 свежих плодов №311, сб. 2025	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6
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.	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'		30,02	13,18	35,93	24,06	131,67	952,47	158,8	113,4	326	5,36	21	729,97	14,93	0,33	56,06
Итого за день		63,97	39,58	58,93	24,57	205,12	1584,26	439,6	203,2	735,5	8	167,3	3113,25	16,83	0,53	57,59

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)