23 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
8.92	13.87	23.89	256	.060	Бутерброд с сыром	14-23
6.63	6.01	0.8	81	.060	Яйцо куриное вареное	10-62
8.36	9.64	30.12	242	.200	Каша манная молочная вязкая	28-24
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
24	30	72	649			55-64
					Обед	
5.3	9.6	4.16	125	.110	Сельдь с луком	33-48
10.21	8.29	25.33	215	.250	Суп картоф. с фрикадельками мясными	37-62
31.16	32.02	33.73	544	.230	Жаркое по-домашнему	141-16
0.24	0.24	17.86	76	.200	Компот из яблок	6-38
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
6	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
59	52	151	1301			232-24
					Полдник	
6.76	5.27	42.52	245	.100	Пирожки печеные со свежей капустой	12-27
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
7	5	48	267			26-31
					Ужин	
5.53	6.75	30.36	209	.230	Гарнир сложный (вариант №2)	29-34
13.46	7.53	6.34	146	.140	Рыба тушеная в томате с овощами	19-06
1.31	1.02	21.02	102	.200	Какао с молоком	13-89
4.5	0.5	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
29	16	110	708			73-09
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель — Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра — Нагибина О.Г.

Калькулятор — Кисаретова ЛМ

Повар — Алфёрова ТИ

23 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

Пищевая ценность Белки	Жиры	Углевод	ККал	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
					Завтрак	
8.92	13.87	23.89	256	.060	Бутерброд с сыром	14-23
6.63	6.01	0.8	81	.060	Яйцо куриное вареное	10-62
8.36	9.64	30.12	242	.200	Каша манная молочная вязкая	28-24
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
24	30	72	649			55-64
					Обед	
5.3	9.6	4.16	125	.110	Сельдь с луком	33-48
10.21	8.29	25.33	215	.250	Суп картоф. с фрикадельками мясными	37-62
31.16	32.02	33.73	544	.230	Жаркое по-домашнему	141-16
0.24	0.24	17.86	76	.200	Компот из яблок	6-38
6	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
59	52	151	1301			232-24
					Полдник	
6.76	5.27	42.52	245	.100	Пирожки печеные со свежей капустой	12-27
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
7	5	48	267			26-31
					Ужин	
5.53	6.75	30.66	209	.230	Гарнир сложный (вариант №2)	29-34
13.46	7.53	6.34	146	.140	Рыба тушеная в томате с овощами	19-06
1.31	1.02	21.02	102	.200	Какао с молоком	13-89
4.8	0.8	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
29	16	110	708			73-09
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель — Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра — Нагибина О.Г.

Калькулятор — Кисаретова ЛМ

Повар — Алфёрова ТИ

23 Октября 2026 г.

Питание от 12 и ст.пр.школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
8.92	13.87	23.89	256	.060	*Бутерброд с сыром*	*14-23*
6.63	6.01	0.8	81	.060	*Яйцо куриное вареное*	*10-62*
8.36	9.64	30.12	242	.200	*Каша манная молочная вязкая*	*28-24*
0.4	0.1	17.1	70	.200	*Чай с сахаром*	*2-55*
24	30	72	649			55-64
					Обед	
5.3	9.6	4.16	125	.110	*Сельдь с луком*	*33-48*
10.21	8.29	25.33	215	.250	*Суп картоф. с фрикадельками мясными*	*37-62*
31.16	32.02	33.73	544	.230	*Жаркое по-домашнему*	*110-39*
0.24	0.24	17.86	76	.200	*Компот из яблок*	*6-38*
6	1	46	225	.100	*Хлеб пшеничный*	*7=*
3.6	0.6	24	116	.060	*Хлеб ржаной*	*6-60*
59	52	151	1301			201-47

Руководитель *Юрьева Светлана Юрьевна*

Медсестра *Нагибина О.Г.*

Калькулятор *Кисаретова_ЛМ*

Повар *Алфёрова ТИ*

23 Октября 2026 г.

Питание 7-11 лет прожив.

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
8.92	13.87	23.89	256.26	.060	Бутерброд с сыром	14-23
6.63	6.01	0.8	81.95	.060	Яйцо куриное вареное	10-62
8.36	9.64	30.12	242.12	.200	Каша манная молочная вязкая	28-24
0.4	0.1	17.1	70.88	.200	Чай с сахаром	2-55
24.31	29.62	71.91	651.21			55-64
					Обед	
5.3	9.6	4.16	125.32	.110	Сельдь с луком	33-48
6.9	5.61	17.09	146.69	.230	Суп картоф. с фрикадельками мясными	34-61
18.4	7	16.2	250	.200	Жаркое по-домашнему	111-91
0.16	0.16	13.9	58.7	.200	Компот из яблок	6-38
2.64	0.48	13.36	69.6	.040	Хлеб ржаной	4-40
4.18	0.44	27.06	129.25	.050	Хлеб пшеничный	3-50
37.58	23.29	91.77	779.56			194-28
					Полдник	
6.76	5.27	42.52	245	.100	Пирожки печеные со свежей капустой	12-27
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
7	5	48	267			26-31
					Ужин	
6.6	8.4	13.6	156	.200	Гарнир сложный (вариант №2)	25-87
12.18	8.87	3.78	144	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-16
1.31	1.02	21.02	102	.200	Какао с молоком	13-89
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
28	19	79	606			62-52
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

23 Октября 2026 г.

Питание 7-11 лет пр.школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
8.92	13.87	23.89	256.26	.060	Бутерброд с сыром	14-23
6.63	6.01	0.8	81.95	.060	Яйцо куриное вареное	10-62
8.36	9.64	30.12	242.12	.200	Каша манная молочная вязкая	28-24
0.4	0.1	17.1	70.88	.200	Чай с сахаром	2-55
24.31	29.62	71.91	651.21			55-64
					Обед	
5.3	9.6	4.16	125.32	.110	Сельдь с луком	33-48
6.9	5.61	17.09	146.69	.230	Суп картоф. с фрикадельками мясными	34-61
18.4	7	16.2	250	.200	Жаркое по-домашнему	111-91
0.16	0.16	13.9	58.7	.200	Компот из яблок	6-38
2.64	0.48	13.36	69.6	.040	Хлеб ржаной	4-40
4.18	0.44	27.06	129.25	.050	Хлеб пшеничный	3-50
37.58	23.29	91.77	779.56			194-28

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

23 Октября 2026 г.

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
6.3	4.65	13.8	119	.045	Бутерброд с сыром	10-67
6.63	6.01	0.8	81	.060	Яйцо куриное вареное	10-62
2.93	3.97	20.63	131	.150	Каша манная молочная вязкая	21-18
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
16	15	47	380			44-51
					Обед	
6.18	4.64	15.18	125	.150	Суп картоф. с фрикадельками мясными	22-56
13.38	13.9	14.04	234	.100	Жаркое по-домашнему	55-85
0.13	0.13	15.12	63	.160	Компот из яблок	5-10
2.4	0.3	13.8	67	.030	Хлеб пшеничный	2-10
1.5	0.25	10	48	.025	Хлеб ржаной	2-75
24	19	68	537			88-36
					Полдник	
4.04	3.15	25.49	145	.060	Пирожки печеные со свежей капустой	7-36
0.07	0.01	1.12	4	.100	Сок	7-02
4	3	27	149			14-38
					Ужин	
4.65	6.45	14.47	133	.180	Борщ с мелкошинкованными овощами	25-55
0.95	0.74	16.66	80	.160	Какао с молоком	11-11
1.6	0.2	9.2	45	.020	Хлеб пшеничный	1-40
1.2	0.2	8	39	.020	Хлеб ржаной	2-20
8	8	48	297			40-26

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Культ-организатор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

24 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
3.68	6.14	23.22	163	.060	Бутерброд с повидлом	7-09
22.59	39.63	18.36	455	.200	Омлет, фаршированный мясными продуктами	66-82
3.62	3.64	24.96	148	.240	Какао с молоком	16-67
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
34	50	94	895			94-08
					Обед	
1.56	7.25	11	145	.100	Салат из картофеля с капустой морской и свеклой	8-28
2.31	9.01	11.75	138	.250	Суп из овощей	19-94
9.09	9.77	52.53	339	.230	Макаронные изделия отварные	16-15
15.37	17.57	1.96	238	.100	Азу из мяса отварного	73-14
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из сухофруктов	5-50
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
42	46	199	1416			136-61
					Полдник	
9.14	24.37	55.47	470	.090	Крендель сахарный	11-21
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
9	24	61	492			25-25
					Ужин	
3.37	3.12	18.56	118	.250	Суп молочный с макаронными изделиями	24-32
18.77	25.73	4.49	324	.120	Бефстроганов	54-31
5.56	23.09	45.31	412	.230	Картофель жареный из отварного	17-63
0	0	23.95	96	.200	Напиток из ягод	15-15
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
36	53	144	1201			122-21
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Елизарова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

24 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
3.68	6.14	23.22	163	.060	Бутерброд с повидлом	7-09
22.59	39.63	18.36	455	.200	Омлет, фаршированный мясными продуктами	66-82
3.62	3.64	24.96	148	.240	Какао с молоком	16-67
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
34	50	94	895			94-08
					Обед	
1.56	7.25	11	145	.100	Салат из картофеля с капустой морской и свеклой	8-28
2.31	9.01	11.75	138	.250	Суп из овощей	25-36
9.09	9.77	52.53	339	.230	Макаронные изделия отварные	16-15
15.37	17.57	1.96	238	.100	Азу из мяса отварного	78-57
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из сухофруктов	5-50
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
42	46	199	1416			147-46
					Полдник	
9.14	24.37	55.47	470	.090	Крендель сахарный	11-21
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
9	24	61	492			25-25
					Ужин	
3.37	3.12	18.56	118	.250	Суп молочный с макаронными изделиями	24-32
18.77	25.73	4.49	324	.120	Бефстроганов	60-82
5.56	23.09	45.31	412	.230	Картофель жареный из отварного	17-63
0	0	23.95	96	.200	Напиток из ягод	15-15
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
36	53	144	1201			128-72
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Елизарова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

24 Октября 2026 г.

Питание 7-11 лет прожив.

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
3.68	6.14	23.22	163	.060	Бутерброд с повидлом	7-09
15.79	21.3	2.29	266	.150	Омлет, фаршированный мясными продуктами	50-12
3.62	3.64	24.96	148	.240	Какао с молоком	16-67
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
27	32	78	706			77-38
					Обед	
1.57	7.25	10.61	114	.060	Салат из картофеля с капустой морской и свеклой	4-97
12.42	14.08	11.96	224	.230	Суп из овощей	14-93
15.37	17.57	1.96	238	.100	Азу из мяса отварного	71-52
7	5	32.8	222	.200	Макаронные изделия отварные	14-04
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из сухофруктов	5-50
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
46	45	149	1211			118-86
					Полдник	
9.14	24.37	55.47	470	.090	Крендель сахарный	11-21
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
9	24	61	492			25-25
					Ужин	
2.49	2.33	14.52	90	.200	Суп молочный с макаронными изделиями	19-46
15.6	21.41	3.69	271	.100	Бефстроганов	45-25
4.84	20.14	39.44	358	.200	Картофель жареный из отварного	15-35
0	0	23.95	96	.200	Напиток из ягод	15-15
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
30	45	123	1019			103-81
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Елизарова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

25 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
3.16	3.26	15.3	103	.250	Напиток кофейный на молоке	15-87
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
36.7	27.52	58.15	667	.200	Запеканка из творога	84-57
47	38	118	1038			125-11
					Обед	
2.17	10.82	10.39	150	.100	Салат из кукурузы с яйцом	20-63
6.33	5.63	22.79	168	.250	Суп картофельный с бобовыми	29-82
26.5	26.64	26.6	452	.200	Капуста тушенная с мясом	56-60
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
47	45	162	1242			125-11
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
2.29	1.89	33.75	161	.045	Пряник	9-61
0.24	0.96	9	46	.120	Мандарин	21-94
4	4	45	229			54-15
					Ужин	
13.43	10.99	60.23	395	.230	Каша гречневая рассыпчатая	21-02
26.72	15.81	4.17	253	.100	Мясо в кисло-сладком соусе	71-20
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
49	28	133	969			105-57
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель — Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра — Нагибина О.Г.

Калькулятор — Кисаретова_ЛМ

Повар — Елизарова ОН

25 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

Пищевая ценность Белки	Жиры	Углевод	ККал	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
					Завтрак	
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
3.16	3.26	15.3	103	.250	Напиток кофейный на молоке	15-87
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
36.7	27.52	58.15	667	.200	Запеканка из творога	84-57
47	38	118	1038			125-11
					Обед	
2.17	10.82	10.39	150	.100	Салат из кукурузы с яйцом	20-63
6.33	5.63	22.79	168	.250	Суп картофельный с бобовыми	29-82
26.5	26.64	26.6	452	.200	Капуста тушенная с мясом	56-60
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
47	45	162	1242			125-11
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
2.29	1.89	33.75	161	.045	Пряник	9-61
0.24	0.96	9	46	.120	Мандарин	21-94
4	4	45	229			54-15
					Ужин	
13.43	10.99	60.23	395	.230	Каша гречневая рассыпчатая	21-02
26.72	15.81	4.17	253	.100	Мясо в кисло-сладком соусе	71-20
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
49	28	133	969			105-57
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Елизарова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

25 Октября 2026 г.

Питание 7-11 лет прожив.

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
3.16	3.26	15.3	103	.250	Напиток кофейный на молоке	15-87
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
22.38	19.05	48.04	537	.150	Запеканка из творога	62-45
32	29	108	908			102-99
					Обед	
4.8	16.7	10.6	212	.060	Салат из кукурузы с яйцом	12-22
8	5.43	18.54	155	.230	Суп картофельный с бобовыми	22-92
26.5	26.64	26.6	452	.200	Капуста тушенная с мясом	50-35
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
47	50	128	1148			97-85
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
2.29	1.89	33.75	161	.045	Пряник	9-61
0.24	0.96	9	46	.120	Мандарин	21-94
4	4	45	229			54-15
					Ужин	
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
26.72	15.81	4.17	253	.100	Мясо в кисло-сладком соусе	71-20
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
46	24	117	859			100-63
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Елизарова ОН