ГБОУ НСО "КШИ"

16 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			
					Завтрак	
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
13.82	16.38	2.21	214	.205	Омлет натуральный,запеченный или сваренный на пару	46-59
3.62	3.64	24.96	148	.250	Какао с молоком	17-36
20	27	44	501			84-77
					Обед	
1.65	10.19	8.54	134	.100	Салат "Степной" из различных овощей	12-65
10.07	8.83	18.45	193	.250	Борщ сибирский	43-53
39.62	41.76	33.94	669	.200	Плов из птицы	72-33
0.5	0.12	16.52	71	.200	Компот из апельсинов	13-44
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
83	62	147	1408			155-55
					Полдник	
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
2.8	11.2	24.4	204	.040	Вафли	12-84
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
4	12	61	368			38-64
					Ужин	
12.18	6.87	3.78	144	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-74
4.58	7.34	25.68	187	.200	Картофель в молоке	25-62
1.5	1.54	15.7	78	.200	Чай с молоком	6-62
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
27	19	97	660			57-78
					Ужин поздний	
0.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ *Юрьева Светлана Юрьевна*

Медсестра _____ *Нагибина О.Г.*

Калькулятор _____ *Кисаретова_ЛМ*

Повар _____ *Алфёрова ТИ*

ГБОУ НСО "КШИ"

16 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево	ККал			
					Завтрак	
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
13.82	16.38	2.21	214	.205	Омлет натуральный,запеченный или сваренный на пару	46-59
3.62	3.64	24.96	148	.250	Какао с молоком	17-36
20	27	44	501			84-77
					Обед	
1.65	10.19	8.54	134	.100	Салат "Степной" из различных овощей	12-65
10.07	8.83	18.45	193	.250	Борщ сибирский	43-53
39.62	41.76	33.94	669	.200	Плов из птицы	72-33
0.5	0.12	16.52	71	.200	Компот из апельсинов	13-44
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
63	62	147	1408			155-55
					Полдник	
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
2.8	11.2	24.4	204	.040	Вафли	12-84
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
4	12	61	368			38-64
					Ужин	
12.18	8.87	3.78	144	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-74
4.58	7.34	25.68	187	.200	Картофель в молоке	25-62
1.5	1.54	15.7	78	.200	Чай с молоком	6-62
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
27	19	97	660			57-78
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

16 Октября 2026 г.

Питание от 12 и ст.пр.школьники

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
13.82	16.38	2.21	214	.205	Омлет натуральный,запеченный или сваренный на пару	46-59
3.62	3.64	24.96	148	.250	Какао с молоком	17-36
20	27	44	501			84-77
					Обед	
1.65	10.19	8.54	134	.100	Салат "Степной" из различных овощей	12-65
10.07	8.83	18.45	193	.250	Борщ сибирский	43-53
39.62	41.76	33.94	669	.200	Плов из птицы	72-33
0.5	0.12	16.52	71	.200	Компот из апельсинов	13-44
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
63	62	147	1408			155-55

Руководитель _____ *Юрьева Светлана Юрьевна*

Медсестра _____ *Нагибина О.Г.*

Калькулятор _____ *Кисаретова ЛМ*

Повар _____ *Алфёрова ТИ*

16 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	139.26	.045	Бутерброд с маслом	20-82
13.82	16.38	2.21	214.62	.205	Омлет натуральный,запеченный или сваренный на пару	35-46
3.62	3.64	24.96	148.48	.250	Какао с молоком	17-36
20.23	26.53	44.5	502.36			73-64
					Обед	
1.44	5.18	7.74	83.93	.060	Салат "Степной" из различных овощей	7-59
9.5	7.98	17.25	179.75	.230	Борщ сибирский	37=
39.62	41.76	33.94	669.58	.200	Плов из птицы	63-65
0.5	0.12	16.52	71.96	.200	Компот из апельсинов	13-44
4.18	0.44	27.06	129.25	.050	Хлеб пшеничный	3-50
2.64	0.48	13.36	69.6	.040	Хлеб ржаной	4-40
57.88	55.96	115.87	1204.07			129-58
					Полдник	
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
2.8	11.2	24.4	204	.040	Вафли	12-84
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
4	12	61	368			38-64
					Ужин	
12.18	8.87	3.78	144	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-74
4.58	7.34	25.68	187	.200	Картофель в молоке	25-62
1.5	1.54	15.7	78	.200	Чай с молоком	6-62
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
26	19	86	613			55-58
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Насибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

16 Октября 2026 г.

Питание 7-11 лет пр.школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
2.78	6.51	17.33	139.26	.045	Бутерброд с маслом	20-82
13.82	16.38	2.21	214.62	.205	Омлет натуральный,запеченный на пару	35-46
3.62	3.64	24.96	148.48	.250	Какао с молоком	17-36
20.23	26.53	44.5	502.36			73-64
					Обед	
1.44	5.18	7.74	83.932	.060	Салат "Степной" из различных овощей	7-59
9.5	7.98	17.25	179.75	.230	Борщ сибирский	37=
39.62	41.76	33.94	669.58	.200	Плов из птицы	63-65
0.5	0.12	16.52	71.96	.200	Компот из апельсинов	13-44
4.18	0.44	27.06	129.25	.050	Хлеб пшеничный	3-50
2.64	0.48	13.36	69.6	.040	Хлеб ржаной	4-40
57.88	55.96	115.87	1204.07			129-58

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Наганина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёров ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

16 Октября 2026 г.

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевс	ККал			
					Завтрак	
2.45	3.92	13.87	100	.035	Бутерброд с маслом	8-34
7.9	10.15	6.15	121	.080	Омлет натуральный,запеченный или сваренный на пару	13-84
0.95	0.74	16.66	80	.160	Какао с молоком	11-11
11	15	37	301			33-29
					Обед	
0.5	3.07	2.56	40	.030	Салат "Степной" из различных овощей	3-79
6.05	5.29	11.06	116	.150	Борщ сибирский	21-26
19.92	21.45	17.43	342	.100	Плов из птицы	31-67
0.08	0.36	27.19	113	.160	Компот из апельсинов	10-75
2.4	0.3	13.8	67	.030	Хлеб пшеничный	2-10
1.5	0.25	10	46	.025	Хлеб ржаной	2-75
30	31	82	726			72-32
					Полдник	
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
1.4	5.6	12.2	102	.020	Вафли	6-42
2	6	24	151			8-46
					Ужин	
5.04	7.36	8.56	123	.180	Суп из овощей	14-30
0.33	0.19	11.1	46	.160	Чай с молоком	5-29
1.2	0.2	8	39	.020	Хлеб ржаной	2-20
1.6	0.2	9.2	45	.020	Хлеб пшеничный	1-40
8	8	37	253			23-19

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

17 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше

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
0.24	0.04	20.46	85	.250	Чай с лимоном	5-35
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
36.7	27.52	58.15	667	.200	Запеканка из творога	87-17
44	35	123	1020			117-19
					Обед	
2.22	10.12	9.49	140	.100	Салат из капусты белокочанной	10-12
2.86	3.51	21.08	130	.250	Суп картоф. с макаронными изделиями	18-58
5.53	6.75	30.66	209	.230	Гарнир сложный (вариант №2)	29-34
19.44	1.1	0.18	88	.100	Рыба (филе)припущенная	27-22
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из кураги	7-81
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
46	27	186	1177			112-97
					Полдник	
14.75	7.24	43	296	.100	Пирожки печеные с печенью	30-52
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
15	7	48	318			44-56
					Ужин	
36.68	36.98	1.8	485	.140	Курица отварная	57-50
15.4	21.88	16.9	282	.200	Омлет с морковью,сваренный на пару	45-60
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
5.08	8.14	51.48	305	.200	Рис отварной	17-11
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
67	69	155	1477			138-06
					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*

17 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
0.24	0.04	20.46	85	.250	Чай с лимоном	5-35
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
36.7	27.52	58.15	667	.200	Запеканка из творога	87-17
44	35	123	1020			117-19
					Обед	
2.22	10.12	9.49	140	.100	Салат из капусты белокочанной	10-12
2.86	3.51	21.08	130	.250	Суп картоф. с макаронными изделиями	19-83
5.53	6.75	30.66	209	.230	Гарнир сложный (вариант №2)	29-34
19.44	1.1	0.18	88	.100	Рыба (филе)припущенная	27-22
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из кураги	7-81
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
46	27	186	1177			114-22
					Полдник	
14.75	7.24	43	296	.100	Пирожки печеные с печенью	30-52
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
15	7	48	318			44-56
					Ужин	
36.68	36.98	1.8	485	.140	Курица отварная	57-50
15.4	21.88	16.9	282	.200	Омлет с морковью,сваренный на пару	45-60
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
5.08	8.14	51.48	305	.200	Рис отварной	17-11
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
67	69	155	1477			138-06
					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"

17 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
0.24	0.04	20.46	85	.250	Чай с лимоном	5-35
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
22.32	32.35	25.78	487	.150	Запеканка из творога	62-45
30	39	91	840			92-47
					Обед	
2.11	5.13	9.04	92	.060	Салат из капусты белокочанной	6-07
8.88	8.28	16.81	177	.230	Суп картоф. с макаронными изделиями	15-94
6.6	8.4	13.6	156	.200	Гарнир сложный (вариант №2)	25-87
19.44	1.1	0.18	88	.100	Рыба (филе)припущенная	27-22
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из кураги	7-81
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
48	27	134	980			97-11
					Полдник	
14.75	7.24	43	296	.100	Пирожки печеные с печенью	30-52
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
15	7	48	318			44-56
					Ужин	
23.04	23.2	0.4	302	.100	Курица отварная	43-52
11.62	16.47	12.79	213	.150	Омлет с морковью,сваренный на пару	34-20
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
5.08	8.14	51.48	305	.200	Рис отварной	17-11
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
48	50	139	1178			110-48
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Насибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Елизарова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

18 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
9.28	9.52	36.84	271	.200	Каша ячневая на молоке	27-33
3.16	3.26	15.3	103	.240	Напиток кофейный на молоке	15-24
21	27	76	630			56-80
					Обед	
0.58	15.11	3.26	232	.100	Салат из помидоров и огурцов свежих	19-20
5.28	8.79	21.84	188	.250	Рассольник ленинградский	44-24
16.61	19.73	7.99	275	.100	Тефтели мясные с рисом паровые	84-19
4.58	7.34	25.68	187	.200	Картофель в молоке	25-62
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
1.59	9.06	1.85	103	.050	Соус сметанный	8-17
40	62	151	1408			207-82
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
2.29	1.89	33.75	161	.045	Пряник	9-61
0.58	2.61	23.49	125	.290	Апельсин	44-94
4	5	59	308			77-15
					Ужин	
3.37	3.12	18.56	118	.250	Суп молочный с макаронными изделиями	24-32
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	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
12	4	94	465			50-27
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Бысова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

18 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

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
9.28	9.52	36.84	271	.200	Каша ячневая на молоке	27-33
3.16	3.26	15.3	103	.240	Напиток кофейный на молоке	15-24
21	27	76	630			56-80
					Обед	
0.58	15.11	3.26	232	.100	Салат из помидоров и огурцов свежих	19-20
5.28	8.79	21.84	188	.250	Рассольник ленинградский	44-24
16.61	19.73	7.99	275	.100	Тефтели мясные с рисом паровые	84-19
4.58	7.34	25.68	187	.200	Картофель в молоке	25-62
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
1.59	9.06	1.85	103	.050	Соус сметанный	8-17
40	62	151	1408			207-82
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
2.29	1.89	33.75	161	.045	Пряник	9-61
0.58	2.61	23.49	125	.290	Апельсин	44-94
4	5	59	308			77-15
					Ужин	
3.37	3.12	18.56	118	.250	Суп молочный с макаронными изделиями	24-32
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	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
12	4	94	465			50-27
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Бысова ОН

18 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	.060	Бутерброд с сыром	14-23
9.28	9.52	36.84	271	.200	Каша ячневая на молоке	27-33
3.16	3.26	15.3	103	.240	Напиток кофейный на молоке	15-24
21	27	76	630			56-80
					Обед	
0.46	5.7	2.58	63	.060	Салат из помидоров и огурцов свежих	11-24
5.01	6.07	16.56	141	.230	Рассольник ленинградский	30=
16.61	19.73	7.99	275	.100	Тефтели мясные с рисом паровые	84-19
4.58	7.34	25.68	187	.200	Картофель в молоке	25-62
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
1.59	9.06	1.85	103	.050	Соус сметанный	8-17
35	49	115	1049			179-92
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
2.29	1.89	33.75	161	.045	Пряник	9-61
0.58	2.61	23.49	125	.290	Апельсин	44-94
4	5	59	308			77-15
					Ужин	
3	2.8	16.93	106	.230	Суп молочный с макаронными изделиями	22-37
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	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
10	4	82	406			46-12
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Бысова ОН