

Питание от 12 и старше

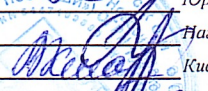
Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
3.68	6.14	23.22	163	.060	Бутерброд с повидлом	7-09
23.31	33.54	13.68	396	.200	Омлет с сыром запеченный	60-69
1.56	1.62	22.34	110	.240	Чай с молоком	7-94
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
33	42	86	798			79-22

<u>Обед</u>						
0.77	10.15	4.4	219	.100	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	20-32
7.68	11.44	21.91	221	.250	Свекольник	37-28
31.44	31.69	1.59	416	.120	Курица отварная	52-22
5.56	23.09	45.31	412	.230	Картофель жареный из отварного	17-63
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из сухофруктов	5-50
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
60	79	196	1847			149-14

<u>Полдник</u>						
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	15-15
5.92	14.32	52.24	362	.080	Печенье	18-36
0.5	2.25	20.25	107	.250	Апельсин	38-75
6	17	96	565			72-26

<u>Ужин</u>						
28.35	22.46	41.32	478	.220	Макаронник с мясом	102-68
0.84	0.56	11.55	55	.200	Напиток кофейный на молоке	12-70
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
38	24	104	784			126-18

<u>Ужин поздний</u>						
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

08 Сентября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

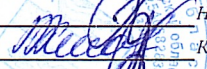
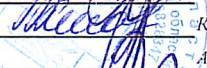
Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
3.68	6.14	23.22	163	.060	Бутерброд с повидлом	7-09
23.31	33.54	13.68	396	.200	Омлет с сыром запеченный	60-69
1.56	1.62	22.34	110	.240	Чай с молоком	7-94
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
33	42	86	798			79-22

Обед						
0.77	10.15	4.4	219	.100	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	20-32
7.68	11.44	21.91	221	.250	Свекольник	37-28
31.44	31.69	1.59	416	.120	Курица отварная	52-22
5.56	23.09	45.31	412	.230	Картофель жареный из отварного	17-63
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из сухофруктов	5-50
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
60	79	196	1847			149-14

Полдник						
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	15-15
5.92	14.32	52.24	362	.080	Печенье	18-36
0.5	2.25	20.25	107	.250	Апельсин	38-75
6	17	96	565			72-26

Ужин						
28.35	22.46	41.32	478	.220	Макаронник с мясом	102-68
0.84	0.56	11.55	55	.200	Напиток кофейный на молоке	12-70
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
38	24	104	784			126-18

Ужин поздний						
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель  Юрьева Светлана ЮрьевнаМедсестра  Нагибина О.Г.Калькулятор  Кисаретова ЛМПовар  Алфёрова ТИ

Питание от 12 и ст.пр.школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
3.68	6.14	23.22	163	.060	Бутерброд с повидлом	7-09
23.31	33.54	13.68	396	.200	Омлет с сыром запеченный	60-68
1.56	1.62	22.34	110	.240	Чай с молоком	7-94
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
33	42	86	798			79-21

Завтрак

0.77	10.15	4.4	219	.100	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	20-32
7.68	11.44	21.91	221	.250	Свекольник	37-28
31.44	31.69	1.59	416	.120	Курица отварная	52-22
5.56	23.09	45.31	412	.230	Картофель жареный из отварного	17-63
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=
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
60	79	196	1847			149-14

Обед

Руководитель Юрьева Светлана Юрьевна
 Медсестра Нагибина О.Г.
 Калькулятор Кисаретова ЛМ
 Повар Алфёрова ТИ

Питание 7-11 лет прожив.

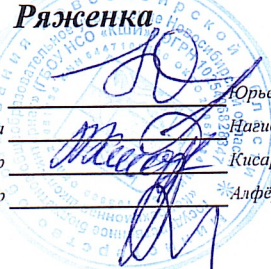
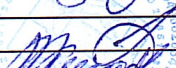
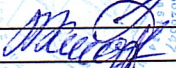
Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
3.68	6.14	23.22	163.22	.060	Бутерброд с повидлом	7-09
16.7	23.1	2.6	287.59	.150	Омлет с сыром запеченный	45-51
1.56	1.62	22.34	110.56	.240	Чай с молоком	7-94
4.18	0.44	27.06	129.25	.050	Хлеб пшеничный	3-50
26.12	31.3	75.22	690.62			64-04

<u>Обед</u>						
0.63	5.7	3.11	66.07	.060	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	12-06
19.37	18.17	16.81	308.27	.230	Свекольник	33-76
23.04	23.2	0.4	302.09	.100	Курица отварная	43-52
4.84	20.14	39.44	358.94	.200	Картофель жареный из отварного	15-35
2.42	0.5	51.34	215.28	.200	Компот из сухофруктов	5-50
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
0.35	0.96	1.67	23.8	.050	Соус красный основной	2-59
57.47	69.59	153.2	1473.3			120-68

<u>Полдник</u>						
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	15-15
5.92	14.32	52.24	362	.080	Печенье	18-36
0.5	2.25	20.25	107	.250	Апельсин	38-75
6	17	96	565			72-26

<u>Ужин</u>						
25.49	23.88	37.56	464	.200	Макаронник с мясом	93-35
0.84	0.56	11.55	55	.200	Напиток кофейный на молоке	12-70
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
34	26	90	723			114-65

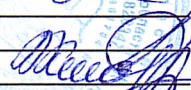
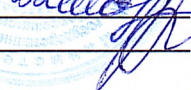
<u>Ужин поздний</u>						
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель  Юрьева Светлана Юрьевна
 Медсестра  Нагибина О.Г.
 Калькулятор  Кисаретова ЛМ
 Повар  Алфёрова ТИ

Питание 7-11 лет пр.школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
3.68	6.14	23.22	163.22	.060	Бутерброд с повидлом	7-09
16.7	23.1	2.6	287.59	.150	Омлет с сыром запеченный	45-51
1.56	1.62	22.34	110.56	.240	Чай с молоком	7-94
4.18	0.44	27.06	129.25	.050	Хлеб пшеничный	3-50
26.12	31.3	75.22	690.62			64-04

Обед						
0.63	5.7	3.11	66.07	.060	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	12-06
19.37	18.17	16.81	308.27	.230	Свекольник	33-76
23.04	23.2	0.4	302.09	.100	Курица отварная	43-52
4.84	20.14	39.44	358.94	.200	Картофель жареный из отварного	15-35
2.42	0.5	51.34	215.28	.200	Компот из сухофруктов	5-50
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
0.35	0.96	1.67	23.8	.050	Соус красный основной	2-59
57.47	69.59	153.2	1473.3			120-68

Руководитель  Юрьева Светлана Юрьевна
 Медсестра  Нагибина О.Г.
 Калькулятор  Кисаретова ЛМ
 Повар  Алфёрова ТИ

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
2.46	0.3	23.25	104	.045	Бутерброд с повидлом	5-32
9.26	13.36	5.36	158	.080	Омлет с сыром запеченный	24-27
0.33	0.19	11.1	46	.160	Чай с молоком	5-29
12	14	40	308			34-88
<u>Обед</u>						
0.3	4.07	1.76	88	.040	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	8-09
5.53	7.8	13.16	146	.150	Свекольник	23-99
3.15	13.1	25.64	233	.130	Картофель жареный из отварного	9-98
15.73	15.85	0.81	209	.060	Курица отварная	26-11
0.78	0.16	24.68	102	.160	Компот из сухофруктов	4-40
1.5	0.25	10	48	.025	Хлеб ржаной	2-75
2.4	0.3	13.8	67	.030	Хлеб пшеничный	2-10
0.29	0.64	2.27	16	.030	Соус красный основной	1-55
30	42	92	909			78-97
<u>Полдник</u>						
0	0	19.16	77	.160	Напиток клюквенный	12-12
2.29	5.55	20.24	141	.031	Печенье	7-23
2	6	39	218			19-35
<u>Ужин</u>						
3.69	4.64	8.48	92	.180	Щи из капусты свежей с картофелем	17-43
0.58	0.36	9.08	42	.160	Напиток кофейный на молоке	10-16
1.6	0.2	9.2	45	.020	Хлеб пшеничный	1-40
1.2	0.2	8	39	.020	Хлеб ржаной	2-20
7	5	35	218			31-19

Руководитель

Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра

Насибина О.Г.

Калькулятор

Кисаретова ЛМ

Повар

Алфёрова ТН