ГБОУ НСО "КШИ"

14 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
9.28	9.52	36.84	271	.205	Каша рисовая молочная вязкая	25-27
0.4	0.1	17.1	70	.250	Чай с сахаром	3-19
12	16	71	480			49-28
					Обед	
1.77	10.17	8.61	134	.100	Винегрет овощной	12-82
5.85	8.91	11.87	152	.250	Щи из капусты свежей с картофелем	44-62
4.19	8.47	32.01	222	.230	Картофельное пюре	26-64
13.46	7.53	6.34	146	.140	Рыба тушеная в томате с овощами	19-06
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
39	37	180	1210			124-55
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
5	10	51	319			56-18
					Ужин	
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
21.09	20.33	18.78	753	.120	Биточки рубленые из птицы паровые	55-80
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
43	32	148	1472			103-98
					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

14 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
9.28	9.52	36.84	271	.205	Каша рисовая молочная вязкая	25-27
0.4	0.1	17.1	70	.250	Чай с сахаром	3-19
12	16	71	480			49-28
					Обед	
1.77	10.17	8.61	134	.100	Винегрет овощной	12-82
5.85	8.91	11.87	152	.250	Щи из капусты свежей с картофелем	44-62
4.19	8.47	32.01	222	.230	Картофельное пюре	26-64
13.46	7.53	6.34	146	.140	Рыба тушеная в томате с овощами	19-06
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
39	37	180	1210			124-55
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
5	10	51	319			56-18
					Ужин	
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
21.09	20.33	18.78	753	.120	Биточки рубленые из птицы паровые	55-80
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
4.6	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
43	32	148	1472			103-98
					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

14 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
9.28	9.52	36.84	271	.205	Каша рисовая молочная вязкая	25-27
0.4	0.1	17.1	70	.250	Чай с сахаром	3-19
12	16	71	480			49-28
					Обед	
1.77	10.17	8.61	134	.100	Винегрет овощной	12-82
5.85	8.91	11.87	152	.250	Щи из капусты свежей с картофелем	44-62
4.19	8.47	32.01	222	.230	Картофельное пюре	26-64
13.46	7.53	6.34	146	.140	Рыба тушеная в томате с овощами	19-06
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
39	37	180	1210			124-55

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

14 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
9.28	9.52	36.84	271.34	.205	Каша рисовая молочная вязкая	25-27
0.4	0.1	17.1	70.88	.250	Чай с сахаром	3-19
12.46	16.13	71.27	481.48			49-28
					Обед	
1.54	5.16	7.78	94.32	.060	Винегрет овощной	7-55
4.76	6.07	9.48	112.49	.230	Щи из капусты свежей с картофелем	38-40
4.32	7.78	28.64	202.42	.200	Картофельное пюре	23-16
12.18	8.87	3.78	144.06	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-16
2.5	0	43.72	184.9	.200	Компот из кураги	7-81
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
32.12	28.8	133.82	927.04			98-98
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
5	10	51	319			56-18
					Ужин	
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.56	16.92	15.62	627	.100	Биточки рубленые из птицы паровые	46-50
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
38	29	135	1299			92-48
					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

14 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
9.28	9.52	36.84	271.34	.205	Каша рисовая молочная вязкая	25-27
0.4	0.1	17.1	70.88	.250	Чай с сахаром	3-19
12.46	16.13	71.27	481.48			49-28
					Обед	
1.54	5.16	7.78	94.32	.060	Винегрет овощной	7-47
4.76	6.07	9.48	112.49	.230	Щи из капусты свежей с картофелем	38-40
4.32	7.78	28.64	202.42	.200	Картофельное пюре	23-16
12.18	8.87	3.78	144.06	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-16
2.5	0	43.72	184.9	.200	Компот из кураги	7-81
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
32.12	28.8	133.82	927.04			98-90

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

14 Октября 2026 г.

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность Белки	Жиры	Углевод	ККал	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
					Завтрак	
2.45	3.92	13.87	100	.035	Бутерброд с маслом	8-34
3.59	2.69	36.27	184	.180	Каша рисовая молочная вязкая	22-19
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
6	7	62	333			32-57
					Обед	
0.54	3.05	2.59	41	.030	Винегрет овощной	3-73
3.51	5.36	7.12	91	.150	Щи из капусты свежей с картофелем	25-77
1.75	3.64	13.82	96	.100	Картофельное пюре	11-58
5.77	3.24	2.72	63	.060	Рыба тушеная в томате с овощами	8-17
0.83	0.05	24.13	101	.160	Компот из кураги	6-25
2.4	0.3	13.8	67	.030	Хлеб пшеничный	2-10
1.5	0.25	10	48	.025	Хлеб ржаной	2-75
16	16	74	507			60-35
					Полдник	
0.74	0.64	1.23	14	.160	Молоко кипяченое	18-08
2.22	5.37	19.59	136	.030	Печенье	6-89
3	6	21	150			24-97
					Ужин	
2.49	2.33	14.52	90	.200	Суп молочный с макаронными изделиями	19-46
0.17	0.06	22.77	94	.160	Кисель из плодов или ягод свежих	10-24
1.6	0.2	9.2	45	.020	Хлеб пшеничный	1-40
1.2	0.2	8	39	.020	Хлеб ржаной	2-20
5	3	54	268			33-30

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ