ГБОУ НСО "КШИ"

10 Ноября 2026 г.

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
5.92	13.87	23.89	256	.060	*Бутерброд с сыром*	*14-23*
6.63	6.01	0.8	81	.060	*Яйцо куриное вареное*	*10-62*
8.35	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*	*38-04*
31.16	32.02	33.73	544	.230	*Жаркое по-домашнему*	*129-31*
0.24	0.24	17.86	76	.200	*Компот из яблок*	*6-38*
3.6	0.6	24	116	.060	*Хлеб ржаной*	*6-60*
8	1	46	225	.100	*Хлеб пшеничный*	*7=*
59	52	151	1301			220-81
					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)*	*29-89*
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	0.6	27.6	135	.060	*Хлеб пшеничный*	*4-20*
3.6	0.6	24	116	.060	*Хлеб ржаной*	*6-60*
29	16	110	708			73-64
					Ужин поздний	
9.8	9	18.36	9999	.200	*Ряженка*	*24-88*
9	9	18	9999			24-88

Руководитель _____ *Юрьева Светлана Юрьевна*

Медсестра _____ *Нагибина О.Г.*

Калькулятор _____ *Кисаретова ЛМ*

Повар _____ *Алфёрова Т.И.*

10 Ноября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево	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	38-04
31.16	32.02	33.73	544	.230	Жаркое по-домашнему	129-31
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			220-81
					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)	29-89
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	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
29	16	110	708			73-64
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Налибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова Т.И.

10 Ноября 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	38-04
31.16	32.02	33.73	544	.230	Жаркое по-домашнему	129-31
0.24	0.24	17.86	76	.200	Компот из яблок	6-38
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
59	52	151	1301			220-81

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова Т.И.

10 Ноября 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	35=
18.4	7	16.2	250	.200	Жаркое по-домашнему	112-46
0.16	0.16	13.9	58.7	.200	Компот из яблок	6-38
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
37.58	23.29	91.77	779.56			195-22
					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	5.4	13.6	156	.200	Гарнир сложный (вариант №2)	26-32
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			62-97
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Налибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова Т.И.

10 Ноября 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*	*35=*
15.4	7	16.2	250	.200	*Жаркое по-домашнему*	*112-46*
0.16	0.16	13.9	58.7	.200	*Компот из яблок*	*6-38*
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*
37.58	23.29	91.77	779.56			195-22

Руководитель *Юрьева Светлана Юрьевна*

Медсестра *Нагибина О.Г.*

Калькулятор *Кисаретова_ЛМ*

Повар *Алфёрова Т.И.*

ГБОУ НСО "КШИ"

10 Ноября 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	
6.16	4.64	15.18	125	.150	Суп картоф. с фрикадельками мясными	22-82
13.38	13.9	14.04	234	.100	Жаркое по-домашнему	56-13
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			88-90
					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	27-61
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			42-32

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Насибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова Т.И.