06 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность Белки	Жиры	Углевод	ККал	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
					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	21-56
7.68	11.44	21.91	221	.250	Свекольник	26-83
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			139-93
					Полдник	
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	15-15
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.58	2.61	23.49	125	.290	Апельсин	44-94
4	11	77	424			70-42
					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 Юрьевна*

Медсестра _____ *Нагибина О.Г.*

Калькулятор _____ *Кисаретова ЛМ*

Повар _____ *Алфёрова ТИ*

ГБОУ НСО "КШИ"

06 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевд	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	26-83
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			138-69
					Полдник	
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	15-15
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.58	2.61	23.49	125	.290	Апельсин	44-94
4	11	77	424			70-42
					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 Юрьевна*

Медсестра _____ *Нагибина О.Г.*

Калькулятор _____ *Кисаретова ЛМ*

Повар _____ *Алфёрова ТИ*

ГБОУ НСО "КШИ"

06 Октября 2026 г.

Питание от 12 и ст.пр.школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевд	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	26-83
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			138-69

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

06 Октября 2026 г.

Питание 7-11 лет прожив.

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевд	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	34-12
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			52-65
					Обед	
0.63	5.7	3.12	66.07	.060	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	12-56
19.37	18.17	16.81	308.27	.230	Свекольник	23-91
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
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
0.35	0.96	1.67	23.8	.050	Соус красный основной	2-59
57.47	69.59	153.2	1473.3			111-33
					Полдник	
0	0	23.95	96	.200	Напиток клюквенный	15-15
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.58	2.61	23.49	125	.290	Апельсин	44-94
4	11	77	424			70-42
					Ужин	
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
					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"

06 Октября 2026 г.

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	34-12
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			52-65
					Обед	
0.63	5.7	3.12	66.07	.060	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	12-56
19.37	18.17	16.81	308.27	.230	Свекольник	23-91
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
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
0.35	0.96	1.67	23.8	.050	Соус красный основной	2-59
57.47	69.59	153.2	1473.3			111-33

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

06 Октября 2026 г.

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
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	18-19
0.33	0.19	11.1	46	.160	Чай с молоком	5-29
12	14	40	308			28-80
					Обед	
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	16-81
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			71-79
					Полдник	
0	0	19.16	77	.160	Напиток клюквенный	12-12
4.44	9.66	40.8	265	.060	Печенье	13-77
4	10	60	342			25-89
					Ужин	
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 _____ *Нагибина О.Г.*

Калькулятор _____ *Кисаретова ЛМ*

Повар _____ *Алфёрова ТИ*