13 Ноября 2026 г.

Питание от 12 и старше

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 ячневая на молоке	28-02
0.24	0.04	20.46	85	.250	Чай с лимоном	5-35
12	16	75	495			54-19
					Обед	
2.87	7.1	7.39	105	.100	Салат из свеклы с сыром	9-46
7.66	11.44	21.91	221	.250	Свекольник	26-14
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-27
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
52	47	176	1329			151-13
					Полдник	
0.6	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
5	11	86	463			61-28
					Ужин	
6.6	8.4	13.6	156	.200	Гарнир сложный (вариант №2)	25-87
19.72	8.49	10.3	196	.100	Котлета особая,рубленая из птицы	41-51
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
35	18	93	673			80-73
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Гатабина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Шафорова Т.И.

13 Ноября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

Пищевая ценность Белки	Жиры	Углевод	ККал	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
					Завтрак	
2.76	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
9.28	9.52	36.84	271	.205	Каша ячневая на молоке	28-02
0.24	0.04	20.46	85	.250	Чай с лимоном	5-35
12	16	75	495			54-19
					Обед	
2.87	7.1	7.39	105	.100	Салат из свеклы с сыром	9-46
7.68	11.44	21.91	221	.250	Свекольник	26-14
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-27
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=
52	47	176	1329			151-13
					Полдник	
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
5	11	86	463			61-28
					Ужин	
6.6	8.4	13.6	156	.200	Гарнир сложный (вариант №2)	25-87
19.72	8.49	10.3	196	.100	Котлета особая,рубленая из птицы	41-51
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
35	18	93	673			80-73
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Данибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисляретова ЛМ

Повар _____ Уварова Т.И.

ГБОУ НСО "КШИ"

13 Ноября 2026 г.

Питание от 12 и ст.пр.школьники

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
9.28	9.52	36.84	271	.205	Каша ячневая на молоке	28-02
0.24	0.04	20.46	85	.250	Чай с лимоном	5-35
12	16	75	495			54-19
					Обед	
2.87	7.1	7.39	105	.100	Салат из свеклы с сыром	9-46
7.68	11.44	21.91	221	.250	Свекольник	26-14
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-27
0.24	0.24	17.86	76	.200	Компот из яблок	6-38
3	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
52	47	176	1329			151-13

Руководитель — Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра — Нагибина О.Г.

Калькулятор — Кисаретова_ЛМ

Повар — Алфёрова Т.И.

13 Ноября 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
9.26	9.52	36.84	271.34	.205	Каша ячневая на молоке	28-02
0.24	0.04	20.46	85.66	.250	Чай с лимоном	5-35
12.3	16.07	74.63	496.26			54-19
					Обед	
3.08	6.93	7.64	105.12	.060	Салат из свеклы с сыром	5-67
19.37	18.17	16.81	308.27	.230	Свекольник	17-86
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-27
0.24	0.24	17.86	76.08	.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
58.84	52.43	141.74	1274.32			133-36
					Полдник	
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
5	11	86	463			61-28
					Ужин	
6.6	8.4	13.6	156	.200	Гарнир сложный (вариант №2)	25-87
19.72	8.48	10.3	196	.100	Котлета особая,рубленая из птицы	41-51
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
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	18	82	626			78-53
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Шишлина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Бакерова Т.И.

ГБОУ НСО "КШИ"

13 Ноября 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 ячневая на молоке	28-02
0.24	0.04	20.46	85.66	.250	Чай с лимоном	5-35
12.3	16.07	74.63	496.26			54-19
					Обед	
3.08	6.93	7.64	105.12	.060	Салат из свеклы с сыром	5-67
19.37	18.17	16.81	308.27	.230	Свекольник	17-86
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-27
0.24	0.24	17.86	76.08	.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
58.84	52.43	141.74	1274.32			133-36

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ

Повар _____ Алфёрова Т.И.

ГБОУ НСО "КШИ"

13 Ноября 2026 г.

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			
					Завтрак	
2.5	7.55	13.94	133	.040	Бутерброд с маслом	14-58
3.88	4.15	26.27	158	.150	Каша ячневая на молоке	20-50
0.4	0.09	16.29	68	.160	Чай с лимоном	2-44
7	12	56	359			37-52
					Обед	
1.07	3.73	3.04	50	.030	Салат из свеклы с сыром	2-84
5.53	7.8	13.16	146	.150	Свекольник	12-93
5.84	4.78	26.19	172	.100	Каша гречневая рассыпчатая	9-14
10.9	10.13	2.23	143	.060	Гуляш из говядины	46-36
0.13	0.13	15.12	63	.160	Компот из яблок	5-10
1.5	0.25	10	48	.025	Хлеб ржаной	2-75
2.4	0.3	13.8	67	.030	Хлеб пшеничный	2-10
27	27	84	689			81-22
					Полдник	
0.54	0.22	23.7	109	.160	Напиток из плодов шиповника	3-57
2.22	5.37	19.59	136	.030	Печенье	6-89
3	6	43	245			10-46
					Ужин	
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
12.88	10.47	32.51	282	.080	Пудинг творожный запеченный	31-52
13	11	45	331			33-56

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова Т.И.

ГБОУ НСО "КШИ"

14 Ноября 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
7.76	20.31	42.78	382	.230	Каша боярская (из пшена с изюмом)	49-06
3.82	3.64	24.96	148	.240	Какао с молоком	16-67
20	38	92	786			79-96
					Обед	
0.95	10.15	8.36	130	.100	Салат Витаминный	8-22
9.85	12.86	21.05	240	.250	Суп с рыбными консервами	49-53
19.34	26.41	18.26	386	.120	Котлета особая,рубленая из птицы	49-81
9.09	9.77	52.53	339	.230	Макаронные изделия отварные	16-15
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
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
51	62	190	1537			146-28
					Полдник	
8.54	4.17	92.51	438	.130	Ватрушка с повидлом	25-63
0.2	0	5.06	22	.200	Сок	14-04
9	4	98	460			39-67
					Ужин	
4.7	9.43	28.27	216	.230	Гарнир сложный (вариант №1)	23-68
23.55	0.88	0.29	99	.140	Рыба (филе)припущенная	38-10
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
1.59	9.06	1.85	103	.050	Соус сметанный	8-57
39	21	99	739			83-70
					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"

14 Ноября 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
7.76	20.31	42.78	382	.230	Каша боярская (из пшена с изюмом)	49-06
3.62	3.64	24.96	148	.240	Какао с молоком	16-67
20	38	92	786			79-96
					Обед	
0.95	10.15	8.36	130	.100	Салат Витаминный	8-22
9.85	12.88	21.05	240	.250	Суп с рыбными консервами	49-53
19.34	26.41	18.26	388	.120	Котлета особая,рубленая из птицы	49-81
9.09	9.77	52.53	339	.230	Макаронные изделия отварные	16-15
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
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
51	62	190	1537			146-28
					Полдник	
8.54	4.17	92.51	438	.130	Ватрушка с повидлом	25-63
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
9	4	98	460			39-67
					Ужин	
4.7	9.43	28.27	216	.230	Гарнир сложный (вариант №1)	23-68
23.55	0.88	0.29	99	.140	Рыба (филе)припущенная	38-10
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
1.59	9.06	1.85	103	.050	Соус сметанный	8-57
39	21	99	739			83-70
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Орьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Ишибина О.Г.

Калькулятор _____ Касаретова_ЛМ

Повар _____ Елизарова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

14 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	.060	Бутерброд с сыром	14-23
9.34	18.46	41.32	369	.200	Каша боярская (из пшена с изюмом)	42-76
3.62	3.64	24.96	148	.240	Какао с молоком	16-67
22	36	90	773			73-66
					Обед	
0.56	6.09	5.03	78	.060	Салат Витаминный	4-93
10.15	4.68	17.25	160	.230	Суп с рыбными консервами	45-56
19.72	8.49	10.3	196	.100	Котлета особая,рубленая из птицы	41-51
7	5	32.8	222	.200	Макаронные изделия отварные	14-04
0.24	0.24	17.86	76	.200	Компот из яблок	6-38
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
0.35	0.96	1.67	23	.050	Соус красный основной	2-59
45	26	125	953			122-91
					Полдник	
6.52	3.19	64.62	310	.100	Ватрушка с повидлом	19-72
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
7	3	70	332			33-76
					Ужин	
5.6	7.8	14	160	.200	Гарнир сложный (вариант №1)	21-21
19.44	1.1	0.18	88	.100	Рыба (филе)припущенная	27-22
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
0.47	3.01	1.06	34	.030	Соус сметанный	4-90
33	13	73	556			64-48
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Ивасибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Елизарова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

15 Ноября 2026 г.

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
					Завтрак	
2.76	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
4.86	3.67	46.79	240	.230	Каша рисовая молочная вязкая	28-35
0.4	0.1	17.1	70	.250	Чай с сахаром	3-19
8	10	81	449			52-36
					Обед	
1.77	10.17	8.61	134	.100	Винегрет овощной	12-53
5.85	8.91	11.87	152	.250	Щи из капусты свежей с картофелем	25-19
4.19	8.47	32.01	222	.230	Картофельное пюре	27-33
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			105-52
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
5	12	56	354			79-42
					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 позднй	
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 Высова ОН

ГБОУ НСО "КШИ"

15 Ноября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

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
4.86	3.67	46.79	240	.230	Каша рисовая молочная вязкая	28-35
0.4	0.1	17.1	70	.250	Чай с сахаром	3-19
8	10	81	449			52-36
					Обед	
1.77	10.17	8.61	134	.100	Винегрет овощной	12-53
5.85	8.91	11.87	152	.250	Щи из капусты свежей с картофелем	25-19
4.19	8.47	32.01	222	.230	Картофельное пюре	27-33
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
5	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
39	37	180	1210			105-52
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
5	12	56	354			79-42
					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	12-79
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			103-97
					Ужин поздний	
5.8	5	18.38	9999	.200	Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Набибина О.Г.

Калькулятор _____ Касаретова ЛМ

Повар _____ Бысова ОН

15 Ноября 2026 г.

Питание 7-11 лет прожив.

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
3.59	2.69	36.27	184	.180	Каша рисовая молочная вязкая	22-19
0.4	0.1	17.1	70	.250	Чай с сахаром	3-19
7	9	71	393			46-20
					Обед	
1.54	5.16	7.78	84	.060	Винегрет овощной	7-52
4.76	6.07	9.48	112	.230	Щи из капусты свежей с картофелем	20-06
4.32	7.78	28.64	202	.200	Картофельное пюре	23-77
7.7	4.31	3.63	83	.080	Рыба тушеная в томате с овощами	10-89
2.42	0.5	51.34	215	.200	Компот из кураги	7-81
4.18	0.44	27.06	129	.050	Хлеб пшеничный	3-50
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
28	25	141	894			77-95
					Полдник	
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
5	12	56	354			79-42
					Ужин	
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
14.05	13.52	12.48	503	.080	Биточки рубленые из птицы паровые	37-20
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-79
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
35	25	131	1175			83-17
					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