ГБОУ НСО "КШИ"

26 Октября 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
7.68	11.44	21.91	221	.250	Свекольник	27-19
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-11
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			152-02
					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
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
5	9	81	428			38-04
					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	50-20
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			89-42
					Ужин поздний	
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

Руководитель — Юрьева Светлана Юрьевна

Мед.сестра — Нагибина О.Г.

Калькулятор — Кисаретова_ЛМ

Повар — Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

26 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше "сирота"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев.	ККал			
					Завтрак	
2.79	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
9.26	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	27-19
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-11
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			152-02
					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
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
5	9	81	428			38-04
					Ужин	
6.6	6.4	13.6	156	.200	Гарнир сложный (вариант №2)	25-87
19.72	8.49	10.3	196	.100	Котлета особая,рубленая из птицы	50-20
0.4	0.1	17.1	70	.200	Чай с сахаром	2-55
2.6	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			89-42
					Ужин поздний	
1	1	22.97	140	.200	Кефир	24-17
1	1	23	140			24-17

Директор — Юрьева Светлана Юрьевна

Руководитель — Нагибина О.Г.

Медсестры — Кисаретова ЛМ

Калькулятор — Алфёрова ТН

Повар

ГБОУ НСО "КШИ"

26 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 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	19-26
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-11
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			144-09

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

26 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 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	5.93	7.64	105.12	.060	Салат из свеклы с сыром	5-67
19.37	18.17	16.81	308.27	.230	Свекольник	17-67
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-11
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			133-01
					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
0.8	0.8	19.6	94	.200	Яблоко	23-25
5	9	81	428			38-04
					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	50-20
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			87-22
					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 — Алфёрова ТИ

26 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 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	5.93	7.64	105.12	.060	Салат из свеклы с сыром	5-67
19.37	18.17	16.81	308.27	.230	Свекольник	17-67
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.93	18.77	3.81	254	.100	Гуляш из говядины	77-11
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			133-01

Руководитель — Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра — Насибина О.Г.

Калькулятор — Кисаретова_ЛМ

Повар — Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

26 Октября 2026 г.

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	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	3-81
7	12	56	359			38-89
					Обед	
1.07	3.73	3.04	50	.030	Салат из свеклы с сыром	2-84
3.53	7.8	13.16	146	.150	Свекольник	12-81
5.84	4.78	26.19	172	.100	Каша гречневая рассыпчатая	9-14
10.9	10.13	2.23	143	.060	Гуляш из говядины	46-25
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			80-99
					Полдник	
0.54	0.22	23.7	109	.160	Напиток из плодов шиповника	3-57
4	9.67	35.26	244	.054	Печенье	12-39
5	10	59	353			15-96
					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 ТИ