

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
2.78	6.51	17.33	139	.045	<u>Завтрак</u> 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

1.77	10.17	8.61	134	.100	<u>Обед</u> Винегрет овощной	12-82
5.85	8.91	11.87	152	.250	Щи из капусты свежей с картофелем	30-77
4.19	8.47	32.01	222	.230	Картофельное пюре	26-64
12.18	8.87	3.78	144	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-16
2.5	0	43.72	184	.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
38	38	170	1177			105-80

1.16	1	1.92	22	.200	<u>Полдник</u> Молоко кипяченое	22-60
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.3	1.2	11.25	57	.150	Мандарин	27-42
5	10	43	282			60-35

11.4	7.4	55.2	332	.200	<u>Ужин</u> Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.56	16.92	15.62	627	.100	Биточки рубленые из птицы паровые	40-91
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
39	29	145	1346			89-09

5.8	5	18.38	9999	.200	<u>Ужин поздний</u> Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

И.о.директора  Кравченко Е.В.
 Медсестра  Нагибина О.Г.
 Калькулятор  Кисаретова ЛМ
 Повар  Алфёрова ТИ

Питание от 12 и старше "сирота"

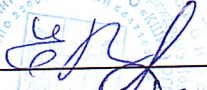
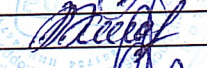
Пищевая ценность					Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углева	ККал				
						<u>Завтрак</u>	
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82	
9.28	9.52	36.84	271	.205	Каша рисовая молочная вязкая	25-27	
0.4	0.1	17.1	70	.250	Чай с сахаром	3-19	
12	16	71	480			49-28	

<u>Обед</u>						
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	30-77
4.19	8.47	32.01	222	.230	Картофельное пюре	26-64
12.18	8.87	3.78	144	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-16
2.5	0	43.72	184	.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
38	38	170	1177			105-80

					<u>Полдник</u>		
1.16	1	1.92	22	.200	Молоко кипяченое	22-60	
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33	
0.3	1.2	11.25	57	.150	Мандарин	27-42	
5	10	43	282			60-35	

<u>Ужин</u>						
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	40-91
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
39	29	145	1346			89-09

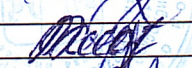
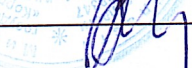
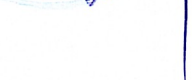
				<u>Ужин поздний</u>		
5.8	5	18.38	9999	.200	<u>Ряженка</u>	<u>24-88</u>
6	5	18	9999			24-88

И.о.директора  Кравченко Е.В.
 Медсестра  Нагибина О.Г.
 Калькулятор  Кисаретова ЛМ
 Повар  Алфёрова ТИ

16 Сентября 2026 г.

Питание от 12 и ст. пр. школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Обед</u>						
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	30-77
4.19	8.47	32.01	222	.230	Картофельное пюре	26-64
12.18	8.87	3.78	144	.100	Рыба тушеная в томате с овощами	14-16
2.5	0	43.72	184	.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
38	38	170	1177			105-80

И.о.директора  Кравченко Е.В.
 Медсестра  Нагибина О.Г.
 Калькулятор  Кисаретова ЛМ
 Повар  Алфёрова ТИ

Питание 7-11 лет прожив.

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
2.78	6.51	17.33	139.26	.045	Завтрак 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

1.54	5.16	7.78	84.32	.060	Обед Винегрет овощной	7-69
4.76	6.07	9.48	112.49	.230	Щи из капусты свежей с картофелем	28-25
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			88-97

1.16	1	1.92	22	.200	Полдник Молоко кипяченое	22-60
3.33	8.05	29.38	203	.045	Печенье	10-33
0.3	1.2	11.25	57	.150	Мандарин	27-42
5	10	43	282			60-35

11.4	7.4	55.2	332	.200	Ужин Каша гречневая рассыпчатая	18-28
17.56	16.92	15.62	627	.100	Биточки рубленые из птицы паровые	40-91
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			86-89

5.8	5	18.38	9999	.200	Ужин поздний Ряженка	24-88
6	5	18	9999			24-88

И.о. директора

Медсестра

Калькулятор

Повар

Кравченко Е.В.

Нагибина О.Г.

Кисаретова ЛМ

Алфёрова Т.И.

Питание 7-11 лет пр.школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Обед</u>						
1.54	5.16	7.78	84.32	.060	Винегрет овощной	7-69
4.76	6.07	9.48	112.49	.230	Щи из капусты свежей с картофелем	28-25
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			88-97

И.о.директора

Медсестра

Калькулятор

Повар

Кравченко Е.В.

Нагибина О.Г.

Кисаретова ЛМ

Алфёрова Т.И.

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
2.45	3.92	13.87	100	.035	Завтрак Бутерброд с маслом	8-34
2.87	0.79	30.02	139	.150	Каша рисовая молочная вязкая	18-65
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
6	5	56	288			29-03

0.54	3.05	2.59	41	.030	Обед Винегрет овощной	3-85
3.51	5.36	7.12	91	.150	Щи из капусты свежей с картофелем	22-51
1.76	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
1.5	0.25	10	48	.025	Хлеб ржаной	2-75
2.4	0.3	13.8	67	.030	Хлеб пшеничный	2-10
16	16	74	507			57-21

0.74	0.64	1.23	14	.160	Полдник Молоко кипяченое	18-08
2.22	5.37	19.59	136	.030	Печенье	6-89
3	6	21	150			24-97

2.18	2.03	12.96	80	.180	Ужин Суп молочный с макаронными изделиями	17-51
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	2	53	258			31-35

И.о.директора

Кравченко Е.В.

Медсестра

Нагибина О.Г.

Калькулятор

Кисаретова ЛМ

Повар

Алфёрова Т.И.