27 Октября 2026 г.

Питание от 12 и старше

Пищевая ценность Белки	Жиры	Углевод	ККал	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
					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	9-22
9.85	12.88	21.05	240	.250	Суп с рыбными консервами	43-77
19.72	8.49	10.3	196	.100	Котлета особая,рубленая из птицы	41-51
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	1-23
52	44	182	1345			131-86
					Полдник	
8.54	4.17	92.51	438	.130	Ватрушка с повидлом	25-63
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
9	7	122	589			86-16
					Ужин	
4.7	9.43	28.27	216	.230	Гарнир сложный (вариант №1)	23-28
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	8-17
39	21	99	739			82-90
					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

27 Октября 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	9-22
9.85	12.88	21.05	240	.250	Суп с рыбными консервами	49-20
19.72	8.49	10.3	196	.100	Котлета особая,рубленая из птицы	41-51
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
52	44	182	1345			138-65
					Полдник	
8.54	4.17	92.51	438	.130	Ватрушка с повидлом	25-63
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
9	7	122	589			86-16
					Ужин	
4.7	9.43	28.27	216	.230	Гарнир сложный (вариант №1)	23-28
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	8-17
39	21	99	739			82-90
					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

27 Октября 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
9.34	18.48	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	
0.95	10.15	8.36	130	.100	Салат Витаминный	9-22
9.85	12.88	21.05	240	.250	Суп с рыбными консервами	43-77
9.09	9.77	52.53	339	.230	Макаронные изделия отварные	16-15
19.72	8.49	10.3	196	.100	Котлета особая,рубленая из птицы	41-51
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	1-23
52	44	182	1345			131-86

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ

27 Октября 2026 г.

Питание 7-11 лет прожив.

Пищевая ценность Белки	Жиры	Углевод	ККал	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
					Завтрак	
8.92	13.87	23.89	256.26	.060	Бутерброд с сыром	14-23
9.34	18.48	41.32	369.86	.200	Каша боярская (из пшена с изюмом)	42-76
3.62	3.64	24.96	148.48	.240	Какао с молоком	16-67
21.88	35.99	90.17	774.6			73-66
					Обед	
0.56	6.09	5.03	78	.060	Салат Витаминный	5-53
10.15	4.68	17.25	160.25	.230	Суп с рыбными консервами	40-26
19.72	8.49	10.3	196.73	.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	76.08	.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
0.35	0.96	1.67	23.8	.050	Соус красный основной	1-23
44.84	26.38	125.33	955.71			116-85
					Полдник	
6.52	3.19	64.62	310	.100	Ватрушка с повидлом	19-72
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
0.6	2.7	24.3	129	.300	Апельсин	46-49
7	6	94	461			80-25
					Ужин	
5.6	7.8	14	160	.200	Гарнир сложный (вариант №1)	20-82
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	4-09
33	13	73	556			63-28
					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"

27 Октября 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
9.34	18.48	41.32	369.86	.200	Каша боярская (из пшена с изюмом)	42-76
3.62	3.64	24.96	148.48	.240	Какао с молоком	16-67
21.88	35.99	90.17	774.6			73-66
					Обед	
0.56	6.09	5.03	78	.060	Салат Витаминный	5-53
10.15	4.68	17.25	160.25	.230	Суп с рыбными консервами	40-26
19.72	8.49	10.3	196.73	.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	76.08	.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
0.35	0.96	1.67	23.8	.050	Соус красный основной	1-23
44.84	28.38	125.33	955.71			116-85

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Товар _____ Алфёрова ТИ

ГБОУ НСО "КШИ"

27 Октября 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
4.84	13.06	27.55	245	.150	Каша боярская (из пшена с изюмом)	38-62
0.95	0.74	16.66	80	.160	Какао с молоком	11-11
12	18	58	444			60-40
					Обед	
0.28	3.04	2.51	40	.030	Салат Витаминный	2-77
5.91	7.72	12.63	144	.150	Суп с рыбными консервами	26-07
9.64	13.18	9.08	194	.060	Котлета особая,рубленая из птицы	24-91
3.95	4.25	22.84	147	.100	Макаронные изделия отварные	7-02
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
0.29	0.64	2.27	16	.030	Соус красный основной	0-74
24	30	88	719			71-46
					Полдник	
3.91	1.92	42.66	200	.060	Ватрушка с повидлом	11-83
0.07	0.01	1.12	4	.100	Сок	7-02
4	2	44	204			18-85
					Ужин	
6.18	4.64	15.18	125	.150	Суп картоф. с фрикадельками мясными	22-58
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
1.2	0.2	8	39	.020	Хлеб ржаной	2-20
1.6	0.2	9.2	45	.020	Хлеб пшеничный	1-40
9	5	44	258			28-22

Руководитель _____ Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра _____ Нагибина О.Г.

Калькулятор _____ Кисаретова_ЛМ

Повар _____ Алфёрова ТИ