**ООО "Большая Перемена Нск"**
**Утверждено**
**Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.**

# Меню

**Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад**
**30 Октября 2026 г.**

**Неделя №1**
**День №5**
**Пятница**

Для детей ДШО 3-7 лет

**Пищевые вещестава, г.**

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | **430** | **195.00 руб.** | **381.3** | **12.8** | **12** | **60.1** |
| ДС Макаронные изд. запеченные с сыром 150 | 150 | | 180.1 | 6.9 | 6.8 | 28.7 |
| ДС Овощи отварные - морковь 50 | 50 | | 27.5 | 0.0 | 1.8 | 1.8 |
| ДС Чай с молоком 200 | 200 | | 102.7 | 3.5 | 3.1 | 15.1 |
| ДС Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 71.0 | 2.4 | 0.3 | 14.5 |
| **Завтрак №2** | **150** | **0.00 руб.** | **64.0** | **0.8** | **0** | **15.2** |
| ДС Сок яблочный 150 | 150 | | 64.0 | 0.8 | 0.0 | 15.2 |
| **Обед** | **760** | **0.00 руб.** | **633.0** | **29.7** | **15.1** | **87** |
| Салат картофельный с кукурузой и морковью 60 | 60 | | 97.2 | 13.1 | 4.1 | 1.9 |
| ДС Свекольник 200 | 200 | | 77.6 | 1.7 | 3.6 | 9.6 |
| ДС Шницель куриный в соусе 70/20 | 90 | | 114.8 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| ДС Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | | 183.6 | 4.5 | 4.3 | 31.7 |
| ДС Компот из свежих яблок с ч/рябиной 200 | 200 | | 36.8 | 0.0 | 0.0 | 10.4 |
| ДС Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 71.0 | 2.4 | 0.3 | 14.5 |
| ДС Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 52.0 | 2.0 | 0.4 | 10.0 |
| **Полдник** | **260** | **0.00 руб.** | **238.3** | **7.7** | **9.2** | **31.2** |
| Пряник, 50гр | 60 | | 125.0 | 1.6 | 3.8 | 21.1 |
| ДС Молоко кипяченое 200 | 200 | | 113.3 | 6.1 | 5.4 | 10.1 |
| **Ужин** | **520** | **0.00 руб.** | **489.4** | **6.7** | **17.2** | **70.5** |
| Салат из сырых овощей(1йвариант) 60 | 60 | | 71.4 | 0.0 | 6.1 | 3.3 |
| ДС Рагу овощное 200 | 200 | | 257.7 | 2.3 | 10.4 | 33.4 |
| ДС Чай с сахаром 200 | 200 | | 37.3 | 0.0 | 0.0 | 9.3 |
| ДС Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 71.0 | 2.4 | 0.3 | 14.5 |
| ДС Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 52.0 | 2.0 | 0.4 | 10.0 |

**Согласовано Директор _____ Калашникова Л.А.**
**Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад**
**Заведующая столовой_____ Мироненко В.М.**

**ООО "Большая Перемена Нск"**
**Утверждено**
**Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.**

# Меню

**Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад** **Неделя №1**
**30 Октября 2026 г.** **День №5**
**Пятница**
Для детей ДШО 1-3 лет **Пищевые вещестава, г.**

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | **330** | **160.00 руб.** | **296.9** | **10.3** | **9.5** | **47** |
| ДС Макаронные изд. запеченные с сыром 130 | 130 | | 156.1 | 6.0 | 5.9 | 24.9 |
| ДС Овощи отварные - морковь 30 | 30 | | 16.5 | 0.0 | 1.1 | 1.1 |
| ДС Чай с молоком 150 | 150 | | 77.0 | 2.7 | 2.3 | 11.3 |
| ДС Хлеб пшеничный 20 | 20 | | 47.3 | 1.6 | 0.2 | 9.7 |
| **Завтрак №2** | **150** | **0.00 руб.** | **64.0** | **0.8** | **0** | **15.2** |
| ДС Сок яблочный 150 | 150 | | 64.0 | 0.8 | 0.0 | 15.2 |
| **Обед** | **580** | **0.00 руб.** | **546.8** | **27** | **12.9** | **74** |
| Салат картофельный с кукурузой и морковью 30 | 30 | | 97.2 | 13.1 | 4.1 | 1.9 |
| ДС Свекольник 150 | 150 | | 58.2 | 1.3 | 2.7 | 7.2 |
| ДС Шницель куриный в соусе 60/20 | 80 | | 102.0 | 5.3 | 2.1 | 7.9 |
| ДС Каша перловая рассыпчатая 120 | 120 | | 146.9 | 3.6 | 3.5 | 25.4 |
| ДС Компот из свежих яблок с ч/рябиной 200 | 150 | | 36.8 | 0.0 | 0.0 | 10.4 |
| ДС Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 71.0 | 2.4 | 0.3 | 14.5 |
| ДС Хлеб ржано-пшеничный 20 | 20 | | 34.7 | 1.3 | 0.2 | 6.7 |
| **Полдник** | **200** | **0.00 руб.** | **210.0** | **6.2** | **7.9** | **28.7** |
| Пряник, 50гр | 50 | | 125.0 | 1.6 | 3.8 | 21.1 |
| ДС Молоко кипяченое 150 | 150 | | 85.0 | 4.6 | 4.1 | 7.6 |
| **Ужин** | **410** | **0.00 руб.** | **362.2** | **5.4** | **11.4** | **45.8** |
| ДС Салат из б/к капусты с яблоками 30 | 30 | | 36.0 | 0.0 | 3.0 | 1.9 |
| ДС Рагу овощное 150 | 150 | | 193.3 | 1.7 | 7.8 | 15.8 |
| ДС Чай с сахаром 180 | 180 | | 33.6 | 0.1 | 0.0 | 8.4 |
| ДС Хлеб пшеничный 20 | 20 | | 47.3 | 1.6 | 0.2 | 9.7 |
| ДС Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 52.0 | 2.0 | 0.4 | 10.0 |

**Согласовано Директор _____ Калашникова Л.А.**
**Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад**
**Заведующая столовой_____ Мироненко В.М.**

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

# Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
30 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №5
Пятница

Для учащихся с ОВЗ и ИНВ (1-4 класс) 7-11 лет

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Пищевые вещестава, г. Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **575** | **196.07 руб.** | **480.9** | **13.5** | **9.5** | **82.4** |
| Макаронные изд. запеченные с сыром 150/5 | 155 | | 195.1 | 6.9 | 5.4 | 29.5 |
| Овощи отварные морковь 60 | 60 | | 33.0 | 0.8 | 2.2 | 2.2 |
| Чай с молоком 200 | 200 | | 81.0 | 1.5 | 1.3 | 15.9 |
| Яблоки 100 | 100 | | 47.0 | 0.0 | 0.0 | 9.8 |
| Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 70.5 | 2.3 | 0.2 | 14.8 |
| Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 54.3 | 2.0 | 0.4 | 10.2 |
| **Обед № 1** | **780** | **196.07 руб.** | **716.6** | **31.2** | **17.6** | **100.5** |
| Салат картофельный с кукурузой и морковью 60 | 60 | | 97.2 | 13.1 | 4.1 | 1.9 |
| Свекольник 200 | 200 | | 77.6 | 1.7 | 3.6 | 9.6 |
| Шницель куриный в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | | 209.3 | 4.6 | 6.7 | 31.5 |
| Компот из свежих яблок с ч/рябиной 200 | 200 | | 79.0 | 0.0 | 0.0 | 13.8 |
| Хлеб пшеничный 50 | 50 | | 117.5 | 3.8 | 0.4 | 24.6 |
| Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 54.3 | 2.0 | 0.4 | 10.2 |
| **Обед № 2** | **780** | **196.07 руб.** | **805.3** | **25.6** | **28.5** | **103.8** |
| Салат из б/к капусты с яблоками 60 | 60 | | 72.0 | 0.0 | 6.0 | 3.8 |
| Свекольник 200 | 200 | | 77.6 | 1.7 | 3.6 | 9.6 |
| Плов из отварной птицы 240 | 240 | | 410.3 | 18.3 | 18.2 | 43.3 |
| Компот из свежих яблок с ч/рябиной 200 | 200 | | 79.0 | 0.0 | 0.0 | 13.8 |
| Хлеб пшеничный 40 | 40 | | 94.0 | 3.0 | 0.2 | 19.7 |
| Хлеб ржано-пшеничный 40 | 40 | | 72.4 | 2.6 | 0.5 | 13.6 |
| **Полдник** | **300** | **196.07 руб.** | **247.0** | **7.1** | **13.8** | **78.6** |
| Булочка Дорожная 100 | 100 | | 137.0 | 7.0 | 13.8 | 55.8 |
| Сок персик-яблоко 200 | 200 | | 110.0 | 0.1 | 0.0 | 22.8 |

Согласовано Директор _____ Калашникова Л.А.
Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
Заведующая столовой _____ Мироненко В.М.

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

# Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
30 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №5
Пятница

Льготное 7-11

Пищевые вещестава, г.

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **575** | **105.00 руб.** | **480.9** | **13.5** | **9.5** | **82.4** |
| Макаронные изд. запеченные с сыром 150/5 | 155 | | 195.1 | 6.9 | 5.4 | 29.5 |
| Овощи отварные морковь 60 | 60 | | 33.0 | 0.8 | 2.2 | 2.2 |
| Чай с молоком 200 | 200 | | 81.0 | 1.5 | 1.3 | 15.9 |
| Яблоки 100 | 100 | | 47.0 | 0.0 | 0.0 | 9.8 |
| Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 70.5 | 2.3 | 0.2 | 14.8 |
| Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 54.3 | 2.0 | 0.4 | 10.2 |
| **Комплекс 2 Завтрак2** | **530** | **105.00 руб.** | **594.0** | **29.5** | **15.1** | **83.2** |
| Салат картофельный с кукурузой и морковью 30 | 30 | | 97.2 | 13.1 | 4.1 | 1.9 |
| Шницель куриный в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | | 209.3 | 4.6 | 6.7 | 31.5 |
| Чай с молоком 200 | 200 | | 81.0 | 1.5 | 1.3 | 15.9 |
| Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 70.5 | 2.3 | 0.2 | 14.8 |
| Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 54.3 | 2.0 | 0.4 | 10.2 |
| **Комплекс 3 Обед1** | **700** | **105.00 руб.** | **690.6** | **24** | **19.7** | **101.1** |
| Свекольник 200 | 200 | | 77.6 | 1.7 | 3.6 | 9.6 |
| Плов из отварной птицы 200 | 200 | | 326.0 | 15.2 | 15.1 | 36.1 |
| Компот из свежих яблок с ч/рябиной 200 | 200 | | 79.0 | 0.0 | 0.0 | 13.8 |
| Хлеб пшеничный 50 | 50 | | 117.5 | 3.8 | 0.4 | 24.6 |
| Хлеб ржано-пшеничный 50 | 50 | | 90.5 | 3.3 | 0.6 | 17.0 |

Согласовано Директор _____ Калашникова Л.А.
Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
Заведующая столовой _____ Мироненко В.М.

**ООО "Большая Перемена Нск"**
**Утверждено**
**Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.**

# Меню

**Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад**
**30 Октября 2026 г.**

**Неделя №1**
**День №5**
**Пятница**

Бесплатное питание 7-11 лет (с 1-4 класс)

**Пищевые веществава, г.**

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **505** | **91.40 руб.** | **499.0** | **15.6** | **9.8** | **85.8** |
| Макаронные изд. запеченные с сыром 150/5 | 155 | | 195.1 | 6.9 | 5.4 | 29.5 |
| Овощи отварные морковь 60 | 60 | | 33.0 | 0.8 | 2.2 | 2.2 |
| Чай с молоком 200 | 200 | | 81.0 | 1.5 | 1.3 | 15.9 |
| Хлеб пшеничный 50 | 50 | | 117.5 | 3.8 | 0.4 | 24.6 |
| Хлеб ржано-пшеничный 40 | 40 | | 72.4 | 2.6 | 0.5 | 13.6 |
| **Комплекс 2 Завтрак2** | **500** | **91.40 руб.** | **496.8** | **16.4** | **11** | **81.3** |
| Шницель куриный в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | | 209.3 | 4.6 | 6.7 | 31.5 |
| Чай с молоком 200 | 200 | | 81.0 | 1.5 | 1.3 | 15.9 |
| Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 70.5 | 2.3 | 0.2 | 14.8 |
| Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | | 54.3 | 2.0 | 0.4 | 10.2 |
| **Комплекс 3 Обед1** | **700** | **91.40 руб.** | **705.6** | **24** | **19.7** | **101.1** |
| Плов из отварной птицы 200 | 200 | | 326.0 | 15.2 | 15.1 | 36.1 |
| Компот из свежих яблок с ч/рябиной 200 | 200 | | 79.0 | 0.0 | 0.0 | 13.8 |
| Хлеб пшеничный 50 | 50 | | 117.5 | 3.8 | 0.4 | 24.6 |
| Хлеб ржано-пшеничный 50 | 50 | | 90.5 | 3.3 | 0.6 | 17.0 |
| Свекольник* 200 род плата | 200 | | 92.6 | 1.7 | 3.6 | 9.6 |

**Согласовано Директор _____ Калашникова Л.А.**
**Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад**
**Заведующая столовой_____ Мироненко В.М.**

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

# Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
30 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №10
Пятница

Для учащихся 7- 11лет

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Пищевые вещестава, г. Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **575** | **131.00 руб.** | **480.9** | **13.5** | **9.5** | **82.4** |
| Макаронные изд. запеченные с сыром 150/5 | 155 | 55.00 руб. | 195.1 | 6.9 | 5.4 | 29.5 |
| Овощи отварные морковь 60 | 60 | 25.00 руб. | 33.0 | 0.8 | 2.2 | 2.2 |
| Чай с молоком 200 | 200 | 11.00 руб. | 81.0 | 1.5 | 1.3 | 15.9 |
| Яблоки 100 | 100 | 30.00 руб. | 47.0 | 0.0 | 0.0 | 9.8 |
| Хлеб пшеничный 30 | 30 | 5.00 руб. | 70.5 | 2.3 | 0.2 | 14.8 |
| Хлеб ржано-пшеничный 30 | 30 | 5.00 руб. | 54.3 | 2.0 | 0.4 | 10.2 |
| **Комплекс 2 Завтрак2** | **550** | **155.00 руб.** | **575.9** | **28.8** | **14.9** | **79.8** |
| Салат картофельный с кукурузой и морковью 60 | 60 | 30.00 руб. | 97.2 | 13.1 | 4.1 | 1.9 |
| Шницель куриный в соусе красном 60/30 | 90 | 75.00 руб. | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | 30.00 руб. | 209.3 | 4.6 | 6.7 | 31.5 |
| Чай с молоком 200 | 200 | 11.00 руб. | 81.0 | 1.5 | 1.3 | 15.9 |
| Хлеб пшеничный 30 | 30 | 5.00 руб. | 70.5 | 2.3 | 0.2 | 14.8 |
| Хлеб ржано-пшеничный 20 | 20 | 4.00 руб. | 36.2 | 1.3 | 0.2 | 6.8 |
| **Комплекс 3 Обед1** | **780** | **227.00 руб.** | **805.3** | **25.6** | **28.5** | **103.8** |
| Салат из б/к капусты с яблоками 60 | 60 | 30.00 руб. | 72.0 | 0.0 | 6.0 | 3.8 |
| Свекольник 200 | 200 | 40.00 руб. | 77.6 | 1.7 | 3.6 | 9.6 |
| Плов из отварной птицы 240 | 240 | 120.00 руб. | 410.3 | 18.3 | 18.2 | 43.3 |
| Компот из свежих яблок с ч/рябиной 200 | 200 | 25.00 руб. | 79.0 | 0.0 | 0.0 | 13.8 |
| Хлеб пшеничный 40 | 40 | 6.00 руб. | 94.0 | 3.0 | 0.2 | 19.7 |
| Хлеб ржано-пшеничный 40 | 40 | 6.00 руб. | 72.4 | 2.6 | 0.5 | 13.6 |
| **Полдник** | **300** | **80.00 руб.** | **247.0** | **7.1** | **13.8** | **78.6** |
| Булочка Дорожная 100 | 100 | 40.00 руб. | 137.0 | 7.0 | 13.8 | 55.8 |
| Сок персик-яблоко 200 | 200 | 40.00 руб. | 110.0 | 0.1 | 0.0 | 22.8 |

Согласовано Директор _____ Калашникова Л.А.
Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
Заведующая столовой _____ Мироненко В.М.