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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад **Неделя №1**
15 Октября 2026 г. **День №4**
Четверг

Для детей ДШО 3-7 лет **Пищевые вещества, г.**

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**470**	**195.00 руб.**	**389.2**	**12.6**	**11.6**	**57.9**
ДС Каша ячневая молочная вязкая 200	200		174.2	4.3	5.2	27.4
ДС Чай с сахаром 200	200		37.3	0.0	0.0	9.3
ДС Сыр порциями 20	20		72.0	4.6	5.9	0.0
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
Завтрак №2	**150**	**0.00 руб.**	**66.0**	**0.6**	**0.6**	**14.7**
ДС Плоды свежие 100	150		66.0	0.6	0.6	14.7
Обед	**660**	**0.00 руб.**	**654.0**	**24.9**	**36.8**	**81.2**
Винегрет овощной 50	50		64.7	0.6	5.0	4.1
ДС Суп картофельный с рыбой 180	180		120.4	6.2	6.1	10.3
ДС Кулеш из гречки со свининой 200	200		261.6	14.0	25.2	20.6
ДС Компот из смеси сухофруктов 180	180		101.7	0.4	0.0	25.0
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	**250**	**0.00 руб.**	**266.3**	**4.9**	**8.4**	**46.4**
ДС Булочка Дорожная 60	60		198.0	4.1	8.4	31.3
ДС Сок яблочно-абрикосовый 150	190		68.3	0.8	0.0	15.1
Ужин	**540**	**0.00 руб.**	**447.6**	**9.3**	**13.1**	**72**
ДС Помидоры свежие (овощи натур) 50	50		39.6	0.0	3.1	2.4
ДС Тефтели рыбные с соусом 80/20	100		137.3	3.1	4.8	20.4
ДС Картофельное пюре 150	150		137.3	3.1	4.8	20.4
ДС Чай с лимоном 200	200		38.7	0.0	0.0	9.5
ДС Хлеб пшеничный 40	40		94.7	3.1	0.4	19.3

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**
15 Октября 2026 г. **День №4**
Четверг
Для детей ДПО 1-3 лет **Пищевые вещестава, г.**

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**355**	**160.00 руб.**	**281.0**	**8.6**	**7.5**	**44.6**
ДС Каша ячневая молочная вязкая 150	155		135.0	3.3	4.1	21.2
ДС Чай с сахаром 150	150		28.0	0.1	0.0	7.0
ДС Сыр порциями 10	10		36.0	2.3	3.0	0.0
ДС Хлеб пшеничный 20	20		47.3	1.6	0.2	9.7
ДС Хлеб ржано-пшеничный 20	20		34.7	1.3	0.2	6.7
Завтрак №2	**100**	**0.00 руб.**	**66.0**	**0.6**	**0.6**	**14.7**
ДС Плоды свежие 100	100		66.0	0.6	0.6	14.7
Обед	**525**	**0.00 руб.**	**503.5**	**19.6**	**28.5**	**62.3**
Винегрет овощной 30	30		38.8	0.4	3.0	2.5
ДС Суп картофельный с рыбой 150	150		100.4	5.2	5.0	8.6
ДС Кулеш из гречки со свининой 160	160		209.3	11.2	20.1	16.4
ДС Компот из смеси сухофруктов 150	150		84.8	0.3	0.0	20.8
ДС Хлеб пшеничный 15	15		35.5	1.2	0.2	7.3
ДС Хлеб ржано-пшеничный 20	20		34.7	1.3	0.2	6.7
Полдник	**200**	**0.00 руб.**	**233.3**	**4.2**	**7**	**41.2**
ДС Булочка Дорожная 50	50		165.0	3.4	7.0	26.1
ДС Сок яблочно-абрикосовый 150	150		68.3	0.8	0.0	15.1
Ужин	**402**	**0.00 руб.**	**298.1**	**11**	**7.8**	**45**
Помидоры свежие(овощи натур)30	30		7.2	0.0	0.0	1.1
ДС Тефтели рыбные с соусом 50/20	70		80.9	6.0	3.7	5.9
ДС Картофельное пюре 120	120		110.0	2.5	3.8	16.4
ДС Чай с лимоном 150	150		29.0	0.1	0.0	7.1
ДС Хлеб пшеничный 32	32		71.0	2.4	0.3	14.5

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
15 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №4
Четверг

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

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**563**	**196.07 руб.**	**503.0**	**10.8**	**12**	**85.6**
Каша ячневая молочная вязкая 200/3	203		271.2	6.4	11.4	35.8
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
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	**750**	**196.07 руб.**	**824.2**	**28**	**41**	**84.4**
Винегрет овощной 60	60		78.0	0.0	6.5	4.0
Суп картофельный с рыбой 200	200		114.8	7.9	3.9	12.1
Кулеш из гречки со свининой 240	240		438.2	16.8	30.2	24.7
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
Хлеб пшеничный 20	30		47.0	1.5	0.2	9.8
Хлеб ржано-пшеничный 20	20		36.2	1.3	0.2	6.8
Обед № 2	**800**	**196.07 руб.**	**711.1**	**27**	**16.3**	**106.8**
Помидоры свежие(овощи натур)60	60		14.4	0.6	0.1	2.2
Суп картофельный с рыбой 200	200		114.8	7.9	3.9	12.1
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90		125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 150	150		138.0	3.2	6.6	16.3
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
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
Полдник	**300**	**196.07 руб.**	**247.0**	**8.1**	**13**	**78.3**
Булочка Домашняя 100	100		155.0	7.5	13.0	60.3
Сок яблочный 200	200		92.0	0.6	0.0	18.0

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
15 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №4
Четверг

Льготное 7-11

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещестава, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**560**	**105.00 руб.**	**597.0**	**18.4**	**25.8**	**70.4**
Кулеш из гречки со свининой 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
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	**500**	**105.00 руб.**	**612.3**	**19.5**	**28.8**	**68**
Винегрет овощной 30	30		38.8	0.4	3.0	2.5
Кулеш из гречки со свининой 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 30	30		54.3	2.0	0.4	10.2
Комплекс 3 Обед1	**730**	**105.00 руб.**	**678.6**	**25.7**	**16.1**	**101.2**
Суп картофельный с рыбой 200	200		114.8	7.9	3.9	12.1
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90		125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 150	150		138.0	3.2	6.6	16.3
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
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

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
15 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №4
Четверг

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

Пищевые веществ, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**500**	**91.40 руб.**	**609.7**	**20.4**	**26**	**72.3**
Кулеш из гречки со свининой 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 40	50		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
Комплекс 2 Завтрак2	**500**	**91.40 руб.**	**609.7**	**20.4**	**26**	**72.3**
Кулеш из гречки со свининой 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 40	50		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
Комплекс 3 Обед1	**710**	**91.40 руб.**	**705.0**	**24.3**	**15.8**	**92.9**
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90		125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 150	150		138.0	3.2	6.6	16.3
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 30	30		54.3	2.0	0.4	10.2
Суп *картофельный с рыбой 200 род плата	200		182.8	7.9	3.9	12.1

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
15 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №9
Четверг

Для учащихся 7- 11лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**540**	**143.00 руб.**	**555.4**	**16.9**	**25.6**	**62**
Кулеш из гречки со свининой 200	200	100.00 руб.	365.2	14.0	25.2	20.6
Чай с сахаром 200	200	5.00 руб.	60.0	0.1	0.0	15.0
Яблоки 100	100	30.00 руб.	47.0	0.0	0.0	9.8
Хлеб пшеничный 20	20	4.00 руб.	47.0	1.5	0.2	9.8
Хлеб ржано-пшеничный 20	20	4.00 руб.	36.2	1.3	0.2	6.8
Комплекс 2 Завтрак2	**500**	**155.00 руб.**	**586.4**	**16.9**	**32.1**	**56.2**
Винегрет овощной 60	60	42.00 руб.	78.0	0.0	6.5	4.0
Кулеш из гречки со свининой 200	200	100.00 руб.	365.2	14.0	25.2	20.6
Чай с сахаром 200	200	5.00 руб.	60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 20	20	4.00 руб.	47.0	1.5	0.2	9.8
Хлеб ржано-пшеничный 20	20	4.00 руб.	36.2	1.3	0.2	6.8
Комплекс 3 Обед1	**790**	**251.00 руб.**	**711.1**	**27**	**16.3**	**106.8**
Помидоры свежие(овощи натур)60	60	40.00 руб.	14.4	0.6	0.1	2.2
Суп картофельный с рыбой 200	200	40.00 руб.	114.8	7.9	3.9	12.1
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90	75.00 руб.	125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 150	150	60.00 руб.	138.0	3.2	6.6	16.3
Компот из смеси сухофруктов 200	200	20.00 руб.	110.0	0.5	0.0	27.0
Хлеб пшеничный 50	50	8.00 руб.	117.5	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный 50	40	8.00 руб.	90.5	3.3	0.6	17.0
Полдник	**300**	**80.00 руб.**	**247.0**	**8.1**	**13**	**78.3**
Булочка Домашняя 100	100	40.00 руб.	155.0	7.5	13.0	60.3
Сок яблочный 200	200	40.00 руб.	92.0	0.6	0.0	18.0

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