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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад **Неделя №1**
12 Октября 2026 г. **День №1**
Понедельник

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

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**460**	**195.00 руб.**	**376.9**	**10.8**	**12.2**	**54**
ДС Каша пшенная молочная жидкая 200	200		172.9	3.1	5.9	25.4
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 40	40		94.7	3.1	0.4	19.3
Завтрак №2	**150**	**0.00 руб.**	**66.0**	**0.6**	**0.6**	**14.7**
ДС Яблоки 150	150		66.0	0.6	0.6	14.7
Обед	**700**	**0.00 руб.**	**652.0**	**17.6**	**22.1**	**94.2**
Салат из б/к капусты с морковью 60	50		81.6	0.0	6.0	5.8
ДС Рассольник Ленинградский 180	180		86.9	1.5	3.7	11.9
ДС Тефтели Ежики свинина/птица в соусе 70/20	90		128.3	6.6	7.4	8.8
ДС Макаронные изд. отварные 150	130		168.5	5.5	4.5	26.4
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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	**260**	**0.00 руб.**	**282.8**	**5**	**7.5**	**50.3**
ДС Булочка Домашняя 60	60		190.8	4.4	7.5	32.3
Сок яблочный 200	200		92.0	0.6	0.0	18.0
Ужин	**510**	**0.00 руб.**	**461.8**	**26.1**	**41.2**	**47.6**
ДС Омлет натуральный 200	200		190.7	17.6	34.0	3.4
Салат из свежих помидоров и огурцов 60	50		38.4	0.0	3.0	2.1
ДС Какао с молоком 200	200		109.7	4.1	3.5	17.6
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_____ Мирончeнко В.М.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
12 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №1
Понедельник

Для детей ДШО 1-3 лет

Пищевые веществаа, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**375**	**160.00 руб.**	**282.1**	**7.3**	**7.7**	**43**
ДС Каша пшенная молочная жидкая 150	150		129.7	2.4	4.4	19.1
ДС Чай с сахаром 180	180		33.6	0.1	0.0	8.4
ДС Сыр порциями 10	10		36.0	2.3	3.0	0.0
ДС Хлеб пшеничный 35	35		82.8	2.5	0.3	15.5
Завтрак №2	**150**	**0.00 руб.**	**66.0**	**0.6**	**0.6**	**14.7**
ДС Яблоки 150	150		66.0	0.6	0.6	14.7
Обед	**540**	**0.00 руб.**	**527.2**	**14.5**	**16.6**	**79.1**
Салат из б/к капусты с морковью 30	30		40.8	0.0	3.0	2.9
ДС Рассольник Ленинградский 150	150		72.5	1.3	3.1	9.9
ДС Тефтели Ежики свинина/птица в соусе 50/20	70		99.8	5.2	5.7	6.8
ДС Макаронные изд. отварные 150	110		168.5	5.5	4.5	26.4
Компот из кураги 150	150		81.0	0.3	0.0	20.1
ДС Хлеб пшеничный 20	20		47.3	1.6	0.2	9.7
ДС Хлеб ржано-пшеничный 10	10		17.3	0.6	0.1	3.3
Полдник	**200**	**0.00 руб.**	**223.0**	**4.4**	**6.3**	**42.2**
ДС Булочка Домашняя 50	50		159.0	3.6	6.3	27.0
ДС Сок яблочный 150	150		64.0	0.8	0.0	15.2
Ужин	**380**	**0.00 руб.**	**342.9**	**19.8**	**30.6**	**35.7**
ДС Омлет натуральный 150	130		143.0	13.2	25.5	2.5
Салат из свежих помидоров и огурцов 30	30		19.2	0.0	1.5	1.0
ДС Какао с молоком 180	180		98.7	3.7	3.2	15.8
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

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
12 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №1
Понедельник

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	**543**	**196.07 руб.**	**477.4**	**10.9**	**7.7**	**83.5**
Каша пшенная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
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
Обед № 1	**760**	**196.07 руб.**	**718.7**	**19.8**	**30.9**	**102.7**
Салат из б/к капусты с морковью 60	60		81.6	0.0	6.0	5.8
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90		189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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 № 2	**760**	**196.07 руб.**	**779.4**	**23**	**38**	**84.9**
Салат из свежих помидоров и огурцов 60	60		38.4	0.0	3.0	2.1
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Кулеш из гречки со свининой 240	240		438.2	16.8	30.2	24.7
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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
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
12 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №1
Понедельник

Льготное 7-11

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**573**	**105.00 руб.**	**491.5**	**10.9**	**7.7**	**86.4**
Каша пшенная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
Яблоки 150	150		70.5	0.0	0.0	14.7
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 2 Завтрак2	**530**	**105.00 руб.**	**559.9**	**18**	**23.7**	**81.7**
Салат из б/к капусты с морковью 30	30		40.8	0.0	3.0	2.9
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90		189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
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.**	**751.2**	**23**	**30.4**	**95.3**
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Кулеш из гречки со свининой 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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
12 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №1
Понедельник

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

Пищевые вещестава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**543**	**91.40 руб.**	**477.4**	**10.9**	**7.7**	**83.5**
Каша пшенная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
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 2 Завтрак2	**500**	**91.40 руб.**	**519.1**	**18**	**20.7**	**78.8**
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90		189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
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.**	**763.2**	**23**	**30.4**	**95.3**
Кулеш из гречки со свининой 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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
Рассольник *Ленинградский 200 род плата	200		109.0	1.6	4.2	13.0

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
12 Октября 2026 г.

Неделя №1
День №6
Понедельник

Для учащихся 7- 11лет

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**573**	**98.00 руб.**	**491.5**	**10.9**	**7.7**	**86.4**
Каша пшенная молочная жидкая 150/3	153	37.00 руб.	212.7	5.8	7.1	26.8
Яблоки 150	150	45.00 руб.	70.5	0.0	0.0	14.7
Чай с сахаром 200	200	5.00 руб.	60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 40	40	6.00 руб.	94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 30	30	5.00 руб.	54.3	2.0	0.4	10.2
Комплекс 2 Завтрак2	**550**	**153.00 руб.**	**582.6**	**17.3**	**26.5**	**81.2**
Салат из б/к капусты с морковью 60	60	24.00 руб.	81.6	0.0	6.0	5.8
Тефтели Ёжики свинина/птица в соусе томат 60/30	90	75.00 руб.	189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изд. отварные 150	150	40.00 руб.	144.9	5.5	7.0	29.0
Чай с сахаром 200	200	5.00 руб.	60.0	0.1	0.0	15.0
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	**750**	**242.00 руб.**	**761.3**	**22.3**	**37.8**	**81.5**
Салат из свежих помидоров и огурцов 60	60	48.00 руб.	38.4	0.0	3.0	2.1
Рассольник Ленинградский 200	200	40.00 руб.	97.0	1.6	4.2	13.0
Кулеш из гречки со свининой 240	240	120.00 руб.	438.2	16.8	30.2	24.7
Компот из кураги 200	200	25.00 руб.	81.0	0.3	0.0	20.1
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
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.