**ООО "Большая Перемена Нск"**
**Утверждено**
**Генеральный директор_____ Даниленко Е.Е.**

# Меню

**Неделя №2**
**День №9**
**Четверг**

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

**Пищевые веществава, г.**

Для детей ДШО 3-7 лет

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | **585** | **195.00 руб.** | **326.4** | **16** | **8.3** | **44.8** |
| ДС Каша "Дружба" 200 | 200 | | 140.2 | 12.9 | 7.4 | 5.3 |
| ДС Яблоки 150 | 150 | | 66.0 | 0.6 | 0.6 | 14.7 |
| ДС Чай с сахаром 200 | 200 | | 37.3 | 0.0 | 0.0 | 9.3 |
| ДС Хлеб пшеничный 35 | 35 | | 82.8 | 2.5 | 0.3 | 15.5 |
| **Обед** | **710** | **0.00 руб.** | **559.3** | **16.6** | **16.2** | **86.2** |
| ДС Салат из б/к капусты и свеклы 50 | 50 | | 47.0 | 0.0 | 3.5 | 2.8 |
| ДС Суп картофельный с горохом 180 | 180 | | 97.0 | 4.0 | 3.8 | 11.8 |
| Котлета куриная в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Рис отварной 150 | 150 | | 204.6 | 3.7 | 6.1 | 33.8 |
| ДС Компот из облепихи и яблок 200 | 200 | | 47.0 | 0.0 | 0.0 | 12.5 |
| 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 |
| **Полдник** | **250** | **0.00 руб.** | **280.3** | **5.9** | **13.2** | **39.3** |
| ДС Булочка Дорожная 60 | 60 | | 198.0 | 4.1 | 8.4 | 31.3 |
| ДС Йогурт питьевой 190 | 190 | | 82.3 | 1.8 | 4.8 | 8.0 |
| **Ужин** | **530** | **0.00 руб.** | **474.8** | **13.5** | **15** | **66.6** |
| Икра свекольная 50 | 50 | | 57.5 | 0.0 | 3.5 | 5.1 |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 70/30 | 100 | | 181.0 | 7.6 | 7.5 | 5.5 |
| ДС Картофель отварной в молоке 150 | 150 | | 126.6 | 3.5 | 3.7 | 32.0 |
| ДС Чай с лимоном 200 | 200 | | 38.7 | 0.0 | 0.0 | 9.5 |
| ДС Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 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**
**22 Октября 2026 г.**

**Неделя №2**
**День №9**
**Четверг**

Для детей ДШО 1-3 лет

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | **515** | **160.00 руб.** | **352.1** | **7.1** | **9.6** | **57.4** |
| ДС Каша "Дружба" 150 | 150 | | 169.7 | 3.9 | 8.7 | 18.8 |
| ДС Яблоки 150 | 150 | | 66.0 | 0.6 | 0.6 | 14.7 |
| ДС Чай с сахаром 180 | 180 | | 33.6 | 0.1 | 0.0 | 8.4 |
| ДС Хлеб пшеничный 35 | 35 | | 82.8 | 2.5 | 0.3 | 15.5 |
| **Обед** | **555** | **0.00 руб.** | **424.6** | **15.2** | **11.9** | **64** |
| Салат из б/к капусты и свеклы 30 | 30 | | 28.2 | 0.0 | 2.1 | 1.7 |
| ДС Суп картофельный с горохом 150 | 150 | | 80.9 | 3.3 | 3.2 | 9.8 |
| Биточки куриные в соусе 50/30 | 80 | | 73.6 | 6.9 | 2.2 | 6.6 |
| Рис отварной 100 | 110 | | 136.4 | 2.5 | 4.0 | 22.5 |
| ДС Компот из облепихи и яблок 150 | 150 | | 35.3 | 0.0 | 0.0 | 9.4 |
| 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.** | **230.0** | **4.8** | **10.8** | **32.4** |
| ДС Булочка Дорожная 50 | 50 | | 165.0 | 3.4 | 7.0 | 26.1 |
| ДС Йогурт питьевой 150 | 150 | | 65.0 | 1.4 | 3.8 | 6.3 |
| **Ужин** | **390** | **0.00 руб.** | **321.0** | **13.4** | **11.5** | **30.7** |
| Икра свекольная 30 | 30 | | 34.5 | 0.0 | 2.1 | 3.1 |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90 | | 156.2 | 10.5 | 6.4 | 4.7 |
| ДС Картофель отварной в молоке 120 | 120 | | 101.3 | 2.8 | 3.0 | 15.8 |
| ДС Чай с лимоном 150 | 150 | | 29.0 | 0.1 | 0.0 | 7.1 |

**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
22 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №9
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** | **593** | **196.07 руб.** | **490.1** | **10.4** | **9.6** | **86.7** |
| Каша "Дружба" 150/3 | 153 | | 169.7 | 3.9 | 8.7 | 18.8 |
| 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 50 | 50 | | 117.5 | 3.8 | 0.4 | 24.6 |
| Хлеб ржано-пшеничный 40 | 40 | | 72.4 | 2.6 | 0.5 | 13.6 |
| **Обед № 1** | **760** | **196.07 руб.** | **650.9** | **15.8** | **16.7** | **95.8** |
| Салат из б/к капусты и свеклы 60 | 60 | | 56.4 | 0.0 | 4.2 | 3.5 |
| Суп картофельный с горохом 200 | 200 | | 86.4 | 1.8 | 3.4 | 12.1 |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Рис отварной 150 | 150 | | 204.6 | 3.7 | 6.1 | 33.8 |
| Компот из облепихи и яблоками 200 | 200 | | 97.0 | 0.0 | 0.0 | 12.5 |
| 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** | **770** | **196.07 руб.** | **766.2** | **23.3** | **21.3** | **96.9** |
| Икра свекольная 60 | 60 | | 69.0 | 1.4 | 4.2 | 6.2 |
| Суп картофельный с горохом 200 | 200 | | 86.4 | 1.8 | 3.4 | 12.1 |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90 | | 156.2 | 10.5 | 6.4 | 4.7 |
| Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | | 209.3 | 4.6 | 6.7 | 31.5 |
| Компот из облепихи и яблоками 200 | 200 | | 97.0 | 0.0 | 0.0 | 12.5 |
| 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 |
| **Полдник** | **300** | **196.07 руб.** | **239.0** | **7.6** | **13.8** | **88.4** |
| Булочка Дорожная 100 | 100 | | 137.0 | 7.0 | 13.8 | 55.8 |
| Сок яблочно-грушевый 200 | 200 | | 102.0 | 0.6 | 0.0 | 32.6 |

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
22 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №9
Четверг

Льготное 7-11

Пищевые веществава, г.

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **580** | **105.00 руб.** | **476.5** | **12.6** | **8.9** | **84.1** |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Рис отварной 150 | 150 | | 204.6 | 3.7 | 6.1 | 33.8 |
| 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 20 | 20 | | 47.0 | 1.5 | 0.2 | 9.8 |
| Хлеб ржано-пшеничный 20 | 20 | | 36.2 | 1.3 | 0.2 | 6.8 |
| **Комплекс 2 Завтрак2** | **510** | **105.00 руб.** | **457.7** | **12.6** | **11** | **76** |
| Салат из б/к капусты и свеклы 30 | 30 | | 28.2 | 0.0 | 2.1 | 1.7 |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Рис отварной 150 | 150 | | 204.6 | 3.7 | 6.1 | 33.8 |
| Чай с сахаром 200 | 200 | | 60.0 | 0.1 | 0.0 | 15.0 |
| Хлеб пшеничный 20 | 20 | | 47.0 | 1.5 | 0.2 | 9.8 |
| Хлеб ржано-пшеничный 20 | 20 | | 36.2 | 1.3 | 0.2 | 6.8 |
| **Комплекс 3 Обед1** | **730** | **105.00 руб.** | **738.8** | **23.3** | **17.4** | **99** |
| Суп картофельный с горохом 200 | 200 | | 86.4 | 1.8 | 3.4 | 12.1 |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90 | | 156.2 | 10.5 | 6.4 | 4.7 |
| Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | | 209.3 | 4.6 | 6.7 | 31.5 |
| Компот из облепихи и яблоками 200 | 200 | | 97.0 | 0.0 | 0.0 | 12.5 |
| 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
22 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №9
Четверг

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** | **500** | **91.40 руб.** | **471.1** | **14.1** | **9.1** | **82.7** |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Рис отварной 150 | 150 | | 204.6 | 3.7 | 6.1 | 33.8 |
| 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 2 Завтрак2** | **500** | **91.40 руб.** | **471.1** | **14.1** | **9.1** | **82.7** |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90 | | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Рис отварной 150 | 150 | | 204.6 | 3.7 | 6.1 | 33.8 |
| 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** | **730** | **91.40 руб.** | **751.8** | **23.3** | **17.4** | **99** |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90 | | 156.2 | 10.5 | 6.4 | 4.7 |
| Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | | 209.3 | 4.6 | 6.7 | 31.5 |
| Компот из облепихи и яблоками 200 | 200 | | 97.0 | 0.0 | 0.0 | 12.5 |
| 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 |
| Суп* картофельный с горохом 200 род плата | 200 | | 99.4 | 1.8 | 3.4 | 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
22 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №4
Четверг

Для учащихся 7-11лет

Пищевые вещества, г.

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **593** | **100.00 руб.** | **492.9** | **10.4** | **12.3** | **81.7** |
| Каша "Дружба" 200/3 | 203 | 49.00 руб. | 228.2 | 5.3 | 11.7 | 25.0 |
| Яблоки 120 | 120 | 35.00 руб. | 56.4 | 0.0 | 0.0 | 11.8 |
| 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** | **520** | **148.00 руб.** | **449.7** | **11.3** | **12.9** | **71** |
| Салат из б/к капусты и свеклы 60 | 60 | 24.00 руб. | 56.4 | 0.0 | 4.2 | 3.5 |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90 | 75.00 руб. | 81.7 | 6.0 | 2.4 | 8.9 |
| Рис отварной 150 | 150 | 40.00 руб. | 204.6 | 3.7 | 6.1 | 33.8 |
| 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 |
| **Комплекс 3 Обед1** | **770** | **211.00 руб.** | **766.2** | **23.3** | **21.3** | **96.9** |
| Икра свекольная 60 | 60 | 27.00 руб. | 69.0 | 1.4 | 4.2 | 6.2 |
| Суп картофельный с горохом 200 | 200 | 40.00 руб. | 86.4 | 1.8 | 3.4 | 12.1 |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90 | 75.00 руб. | 156.2 | 10.5 | 6.4 | 4.7 |
| Каша перловая рассыпчатая 150 | 150 | 30.00 руб. | 209.3 | 4.6 | 6.7 | 31.5 |
| Компот из облепихи и яблоками 200 | 200 | 28.00 руб. | 97.0 | 0.0 | 0.0 | 12.5 |
| 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 |
| **Полдник** | **300** | **80.00 руб.** | **239.0** | **7.6** | **13.8** | **88.4** |
| Булочка Дорожная 100 | 100 | 40.00 руб. | 137.0 | 7.0 | 13.8 | 55.8 |
| Сок яблочно-грушевый 200 | 200 | 40.00 руб. | 102.0 | 0.6 | 0.0 | 32.6 |

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