

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Гимназия 7 Сибирская

25 Сентября 2026 г.

№7

Для учащихся с ОВЗ и ИНВ (5-11 класс) с 12 лет и старше.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак 1	595	217.20 руб.	547.3	15.3	8.4	97.9
Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185		234.1	8.2	6.4	35.0
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Яблоки 140	140		65.8	0.0	0.0	13.7
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	30		72.4	2.6	0.5	13.6

Обед № 1	890	217.20 руб.	964.3	28.2	39.4	122.1
Маринад овощной с томатом 100	100		125.7	1.8	8.8	8.8
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Котлеты мясная свинина/птица. с соусом крас70/30	100		218.0	9.6	15.3	10.4
Каша гречневая рассыпчатая 180	180		303.6	10.2	9.4	44.4
Компот из клубники 200	200		71.0	0.3	0.0	17.2
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	890	217.20 руб.	933.7	27.9	37.2	119.6
Салат Витаминный 100	100		138.0	0.0	10.1	10.6
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Плов из отварной птицы 280	280		478.6	21.3	21.2	50.5
Компот из клубники 200	200		71.0	0.3	0.0	17.2
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	350	217.20 руб.	388.0	7.6	13	81.3
Крендель сахарный 100	100		270.0	6.9	13.0	58.8
Сок яблочный 250	250		118.0	0.7	0.0	22.5

Согласовано Директор

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

Калашникова Л.А.

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Гимназия 7 Сибирская

25 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №2

День №10

Пятница

Для учащихся 7-11 лет

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	545	112.00 руб.	475.4	13.3	7.4	85.6
Макаронные изд. запеченные с сыром 150/5	155	55.00 руб.	195.1	6.9	5.4	29.5
Чай с молоком 200	200	11.00 руб.	81.0	1.5	1.3	15.9
Яблоки 120	120	35.00 руб.	56.4	0.0	0.0	11.8
Хлеб пшеничный 30	30	5.00 руб.	70.5	2.3	0.2	14.8
Хлеб ржано-пшеничный 40	40	6.00 руб.	72.4	2.6	0.5	13.6
Комплекс 2 Завтрак2	520	156.00 руб.	620.6	21.2	28.5	82.4
Маринад овощной с томатом 60	60	27.00 руб.	75.4	0.0	5.4	5.3
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90	75.00 руб.	196.2	8.7	13.8	9.4
Каша гречневая рассыпчатая 150	150	40.00 руб.	253.1	8.7	7.8	37.0
Чай с молоком 200	200	11.00 руб.	81.0	1.5	1.3	15.9
Хлеб пшеничный 30	20	3.00 руб.	15.0	2.3	0.2	14.8
Комплекс 3 Обед1	760	219.00 руб.	785.9	24.5	29	104.8
Салат Витаминный 60	60	24.00 руб.	82.8	0.0	6.0	6.3
Рассольник Ленинградский 200	200	40.00 руб.	97.0	1.6	4.2	13.0
Плов из отварной птицы 240	240	120.00 руб.	410.3	18.3	18.2	43.3
Компот из клубники 200	200	25.00 руб.	71.0	0.3	0.0	17.2
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
Подник	300	80.00 руб.	222.8	7.5	13	76.8
Крендель сахарный 100	100	40.00 руб.	130.8	6.9	13.0	58.8
Сок яблочный 200	200	40.00 руб.	92.0	0.6	0.0	18.0

Согласовано Директор _____

Калашникова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой _____

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.

Гимназия 7 Сибирская

25 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №2

День №10

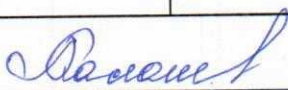
Пятница

Пищевые вещества, г.

Для учащихся с 12 лет и старше

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	615	133.00 руб.	552.0	15.3	8.4	98.9
Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185	65.00 руб.	234.1	8.2	6.4	35.0
Чай с молоком 200	200	11.00 руб.	81.0	1.5	1.3	15.9
Яблоки 150	150	45.00 руб.	70.5	0.0	0.0	14.7
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
Комплекс 2 Завтрак2	600	187.00 руб.	713.9	22.9	33.4	78.9
Маринад овощной с томатом 100	100	45.00 руб.	125.7	1.8	8.8	8.8
Котлеты мясная свинина/птица. с соусом крас70/30	100	87.00 руб.	218.0	9.6	15.3	10.4
Каша гречневая рассыпчатая 150	180	40.00 руб.	253.1	8.7	7.8	37.0
Чай с молоком 200	200	11.00 руб.	81.0	1.5	1.3	15.9
Хлеб ржано-пшеничный 20	20	4.00 руб.	36.2	1.3	0.2	6.8
Комплекс 3 Обед1	890	265.00 руб.	933.7	27.9	37.2	119.6
Салат Витаминный 100	100	40.00 руб.	138.0	0.0	10.1	10.6
Рассольник Ленинградский 250	250	50.00 руб.	121.3	2.0	5.3	16.3
Плов из отварной птицы 280	280	140.00 руб.	478.6	21.3	21.2	50.5
Компот из клубники 200	200	25.00 руб.	71.0	0.3	0.0	17.2
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
Полдник	350	85.00 руб.	388.0	7.6	13	81.3
Крендель сахарный 100	100	40.00 руб.	270.0	6.9	13.0	58.8
Сок яблочный 250	250	45.00 руб.	118.0	0.7	0.0	22.5

Согласовано Директор

 Калашникова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

 Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена НСК"

Утверждено

Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Гимназия 7 Сибирская

25 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №2

День №10

Пятница

Пищевые вещества, г.

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

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	545	91.40 руб.	480.8	13.4	7.3	87.1
Макаронные изд. запеченные с сыром 150/5	155		195.1	6.9	5.4	29.5
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
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.	613.5	21.7	23.3	78.9
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Каша гречневая рассыпчатая 150	150		253.1	8.7	7.8	37.0
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Хлеб пшеничный 20	30		47.0	1.5	0.2	9.8
Хлеб ржано-пшеничный 20	30		36.2	1.3	0.2	6.8
Комплекс 3 Обед1	700	91.40 руб.	714.0	24.2	20.3	107.9
Плов из отварной птицы 200	200		326.0	15.2	15.1	36.1
Компот из клубники 200	200		71.0	0.3	0.0	17.2
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 _____

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой _____

Калашникова Л.А.

Баранова В.В.

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

Гимназия 7 Сибирская
25 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №2
День №10
Пятница

Льготное 7-11

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
	565	105.00 руб.	471.4	12.7	7.3	85.1
Комплекс 1 Завтрак1	155		195.1	6.9	5.4	29.5
Макаронные изд. запеченные с сыром 150/5	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Чай с молоком 200	150		70.5	0.0	0.0	14.7
Яблоки 150	30		70.5	2.3	0.2	14.8
Хлеб пшеничный 30	30		54.3	2.0	0.4	10.2
Хлеб ржано-пшеничный 30						
	510	105.00 руб.	651.1	22.2	26	81.5
Комплекс 2 Завтрак2	30		37.7	0.5	2.7	2.6
Маринад овощной с томатом 30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	150		253.1	8.7	7.8	37.0
Каша гречневая рассыпчатая 150	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Чай с молоком 200	20		47.0	1.5	0.2	9.8
Хлеб пшеничный 20	20		36.2	1.3	0.2	6.8
Хлеб ржано-пшеничный 20						
	700	105.00 руб.	702.0	24.2	20.3	107.9
Комплекс 3 Обед1	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Рассольник Ленинградский 200	200		326.0	15.2	15.1	36.1
Плов из отварной птицы 200	200		71.0	0.3	0.0	17.2
Компот из клубники 200	50		117.5	3.8	0.4	24.6
Хлеб пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
Хлеб ржано-пшеничный 50						

Согласовано Директор
Гимназия 7 Сибирская
Заведующая столовой

Калашникова Л.А.

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Гимназия 7 Сибирская

25 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №2

День №10

Пятница

Пищевые вещества, г.

Льготное С 12 лет и старше

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	605	105.00 руб.	533.9	14.7	8.3	95.5
Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185		234.1	8.2	6.4	35.0
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Яблоки 150	150		70.5	0.0	0.0	14.7
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	550	105.00 руб.	689.0	23.2	27.4	87.1
Маринад овощной с томатом 30	30		37.7	0.5	2.7	2.6
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Каша гречневая рассыпчатая 180	180		303.6	10.2	9.4	44.4
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Хлеб пшеничный 30	50		70.5	2.3	0.2	14.8
Комплекс 3 Обед1	800	105.00 руб.	834.1	28.5	24.6	123.3
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Плов из отварной птицы 240	240		410.3	18.3	18.2	42.3
Компот из клубники 200	200		71.0	0.3	0.0	17.2
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0

Согласовано Директор _____

Гимназия 7 Сибирская

/ Заведующая столовой _____

_____ Калашникова Л.А.

_____ Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

Неделя №2

День №10

Пятница

Гимназия 7 Сибирская

25 Сентября 2026 г.

Пищевые вещества, г.

Учащиеся, родители которых принимают участие в СВО (мобилизованные, добровольцы)

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплект №1	605	105.00 руб.	579.5	16.8	8.7	104.3
Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185		234.1	8.2	6.4	35.0
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
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 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0

Комплект №2	800	105.00 руб.	873.9	28.2	30.6	120.8
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Каша гречневая рассыпчатая 180	180		303.6	10.2	9.4	44.4
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 30	30		54.3	2.0	0.4	10.2

Комплект №3	800	105.00 руб.	834.1	28.5	24.6	123.3
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Плов из отварной птицы 240	240		410.3	18.3	18.2	43.3
Компот из клубники 200	200		71.0	0.3	0.0	17.2
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0

Согласовано Директор

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

_____ Калашникова Л.А.

_____ Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нок"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.**Меню**

Гимназия 7 Сибирская

25 Сентября 2026 г. №7

Неделя №2

День №10

Пятница

Пищевые вещества, г.

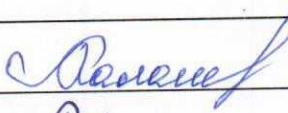
Для учащихся с ОВЗ и ИНВ. (1-4 класс) 7-11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	565	196.07 руб.	471.4	12.7	7.3	85.1
Макаронные изд. запеченные с сыром 150/5	155		195.1	6.9	5.4	29.5
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Яблоки 1:50	150		70.5	0.0	0.0	14.7
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.	799.3	22.9	31.6	103.5
Маринад овощной с томатом 60	60		75.4	0.0	5.4	5.3
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Каша гречневая рассыпчатая 150	150		253.1	8.7	7.8	37.0
Компот из клубники 200	200		71.0	0.3	0.0	17.2
Хлеб пшеничный 30	30		70.5	2.3	0.2	14.8
Хлеб ржано-пшеничный 20	20		36.2	1.3	0.2	6.8
Обед № 2	760	196.07 руб.	785.9	24.5	29	104.8
Салат Витаминный 60	60		82.8	0.0	6.0	6.3
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Плов из отварной птицы 240	240		410.3	18.3	18.2	43.3
Компот из клубники 200	200		71.0	0.3	0.0	17.2
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.	222.8	7.5	13	76.8
Крендель сахарный 100	100		130.8	6.9	13.0	58.8
Сок яблочный 200	200		92.0	0.6	0.0	18.0

Согласовано Директор

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

 Калашникова Л.А. Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена-Нск"

Утверждено

Генеральный директор

Даниленко Е.Е.

Меню

МАОУ Гимназия №7 Сибирская

25 сентября 2026 г.

Дополнительное меню *

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Сосиска в тесте	100	75,00 руб.	259,0	10,2	10,8	30,2
Сок 0,2	200	40,00 руб.	179,0	0,1	0,0	28,1
Яблоко	120	35,00 руб.	170,0	0,1	0,0	22,0
Вода 0,5	500	47,00 руб.	0,0	0,0	0,0	0,0
печенье кременкульское	1шт	36,00 руб.	104,3	1,8	2,4	18,6
Шоколад 20гр	20	60,00 руб.	279,0	1,2	1,2	17,9
Молочный коктейль Фруто Няня	1шт	72,00 руб.	131,4	5,4	4,2	18,0
Рассольник Ленинградский	200	40,00 руб.	97,0	1,6	4,2	13,0
Картофель запеченный с сыром 150 гр	150	80,00 руб.	169,0	3,8	8,7	13,5
Плов из отварной птицы	200	100,00 руб.	380,2	14,8	27,6	29,3
Филе куриное с сыром	100	150,00 руб.	231,0	13,8	2,0	25,0
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	48,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,3
Маринад овощной с томатом	60	27,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,1
Салат Витаминный	60	24,00 руб.	97,2	13,1	4,1	1,9
Крендель сахарный	100	40,00 руб.	388,3	7,5	13,0	60,3
Слойка с яблоком	85	55,00 руб.	359,0	2,3	10,8	30,2
Слойка с абрикосом	70	40,00 руб.	329,0	1,3	10,8	29,2
Самса с курицей	100	75,00 руб.	289,0	7,9	10,8	25,4
Слойка с вишней	85	55,00 руб.	359,0	2,3	10,8	30,2
Слойка с малиной	85	55,00 руб.	359,0	2,3	10,8	30,2
Обыкновенное чудо вафельный батончик	55	60,00 руб.	279,0	1,2	1,2	17,9
Зебра вафельный батончик	40	60,00 руб.	279,0	1,2	1,2	17,9

Согласовано

Калашникова Л.А.

Директор МАОУ Гимназия №7 Сибирская

Заведующий столовой

Баранова В.В.