

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

22 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №7

Вторник

Для учащихся 7-11 лет

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	523	103.00 руб.	487.0	14	10.6	82.4
Каша пшенная молочная жидкая 150/3	153	37.00 руб.	212.7	5.8	7.1	26.8
Кофейный напиток с молоком 200	200	25.00 руб.	79.0	3.2	2.9	15.9
Яблоки 100	100	30.00 руб.	47.0	0.0	0.0	9.8
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	563	169.00 руб.	585.3	28.2	16.4	85.4
Салат Витаминный 60	60	24.00 руб.	82.8	0.0	6.0	6.3
Котлета куриная в соусе красном 60/30	90	75.00 руб.	81.7	6.0	2.4	8.9
Пюре из гороха с маслом 150/3	153	35.00 руб.	217.0	14.7	4.5	29.3
Кофейный напиток с молоком 200	200	25.00 руб.	79.0	3.2	2.9	15.9
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 3 Обед1	770	233.00 руб.	796.7	26	31.8	99.7
Винегрет овощной 60	60	42.00 руб.	78.0	0.0	6.5	4.0
Суп картофельный с рисом 200	200	40.00 руб.	120.3	1.6	5.0	17.0
Рагу из птицы 240	240	120.00 руб.	340.1	18.9	19.7	21.8
Компот из смеси сухофруктов 200	200	20.00 руб.	110.0	0.5	0.0	27.0
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
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

Заведующая столовой

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор

Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

22 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №7

Вторник

Для учащихся с 12 лет и старше

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	623	130.00 руб.	581.4	16	13	96.3
Каша пшениная молочная жидкая 200/5	203	49.00 руб.	283.6	7.8	9.5	35.8
Кофейный напиток с молоком 200	200	25.00 руб.	79.0	3.2	2.9	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 30	30	5.00 руб.	54.3	2.0	0.4	10.2
Комплекс 2 Завтрак2	625	197.00 руб.	656.6	32.7	21.7	98.4
Салат Витаминный 100	100	40.00 руб.	138.0	0.0	10.1	10.6
Котлеты куриные с соусом красным 70/30	100	82.00 руб.	98.1	9.2	2.9	8.8
Пюре из гороха с маслом 180/5	185	42.00 руб.	258.3	17.5	5.4	46.5
Кофейный напиток с молоком 200	200	25.00 руб.	79.0	3.2	2.9	15.9
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	910	292.00 руб.	923.4	31	39.5	109.5
Винегрет овощной 100	100	70.00 руб.	130.0	1.3	10.8	6.8
Суп картофельный с рисом 250	250	50.00 руб.	120.3	1.6	5.0	17.0
Рагу из птицы 280	280	140.00 руб.	396.8	22.0	23.0	25.4
Компот из смеси сухофруктов 200	200	20.00 руб.	110.0	0.5	0.0	27.0
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	350	85.00 руб.	273.0	8.2	13	82.8
Булочка Домашняя 100	100	40.00 руб.	155.0	7.5	13.0	60.3
Сок яблочный 250	250	45.00 руб.	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.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

22 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №7

Вторник

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

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	523	91.40 руб.	487.0	14	10.6	82.4
Каша пшениная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Яблоки 100	100		47.0	0.0	0.0	9.8
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	503	91.40 руб.	502.5	28.2	10.4	79.1
Котлета куриная в соусе красном 60/30	90		81.7	6.0	2.4	8.9
Пюре из гороха с маслом 150/3	153		217.0	14.7	4.5	29.3
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	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.	790.9	26.8	28.4	106.4
Рагу из птицы 200	200		352.7	17.6	22.4	20.8
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
Суп *картофельный с рисом 200 род плата	200		120.3	1.6	5.0	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

Гимназия 7 Сибирская

22 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №7

Вторник

Льготное 7-11

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	573	105.00 руб.	510.5	14	10.6	87.3
Каша пшениная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	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	533	105.00 руб.	543.9	28.2	13.4	82.2
Салат Витаминный 30	30		41.4	0.0	3.0	3.1
Котлета куриная в соусе красном 60/30	90		81.7	6.0	2.4	8.9
Пюре из гороха с маслом 150/3	153		217.0	14.7	4.5	29.3
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	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.	790.9	26.8	28.4	106.4
Суп картофельный с рисом 200	200		120.3	1.6	5.0	17.0
Рагу из птицы 200	200		352.7	17.6	22.4	20.8
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

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

22 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №2

День №7

Вторник

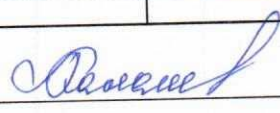
Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	573	105.00 руб.	557.9	16	13	91.4
Каша пшениная молочная жидкая 200/5	203		283.6	7.8	9.5	35.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Яблоки 100	100		47.0	0.0	0.0	9.8
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	565	105.00 руб.	585.2	31	14.3	99.4
Салат Витаминный 30	30		41.4	0.0	3.0	3.1
Котлета куриная в соусе красном 60/30	90		81.7	6.0	2.4	8.9
Пюре из гороха с маслом 180/5	185		258.3	17.5	5.4	46.5
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	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	810	105.00 руб.	820.0	29.6	25.9	115.7
Суп картофельный с рисом 250	250		120.3	1.6	5.0	17.0
Рагу из птицы 240	240		340.1	18.9	19.7	21.8
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4

Согласовано Директор

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

 Калашникова Л.А.

 Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

22 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №7

Вторник

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

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплект №1	585	105.00 руб.	581.4	16.8	13.2	96.3
Каша пшенная молочная жидкая 200/5	205		283.6	7.8	9.5	35.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Яблоки 100	100		47.0	0.0	0.0	9.8
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

Комплект №2	845	105.00 руб.	788.9	36.9	16.9	138.2
Суп картофельный с рисом 250	250		120.3	1.6	5.0	17.0
Котлета куриная в соусе красном 60/30	90		81.7	6.0	2.4	8.9
Пюре из гороха с маслом 180/5	185		258.3	17.5	5.4	46.5
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4

Комплект №3	810	105.00 руб.	820.0	29.6	25.9	115.7
Суп картофельный с рисом 250	250		120.3	1.6	5.0	17.0
Рагу из птицы 240	240		340.1	18.9	19.7	21.8
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4

Согласовано Директор

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

Калашникова Л.А.

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Документ №7
Меню

Гимназия 7 Сибирская

22 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №7

Вторник

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

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	523	196.07 руб.	487.0	14	10.6	82.4
Каша пшенная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Яблоки 100	100		47.0	0.0	0.0	9.8
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	773	196.07 руб.	760.1	27.8	18.5	118.4
Салат Витаминный 60	60		82.8	0.0	6.0	6.3
Суп картофельный с рисом 200	200		120.3	1.6	5.0	17.0
Котлета куриная в соусе красном 60/30	90		81.7	6.0	2.4	8.9
Пюре из гороха с маслом 150/3	153		217.0	14.7	4.5	29.3
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

Обед № 2	770	196.07 руб.	796.7	26	31.8	99.7
Винегрет овощной 60	60		78.0	0.0	6.5	4.0
Суп картофельный с рисом 200	200		120.3	1.6	5.0	17.0
Рагу из птицы 240	240		340.1	18.9	19.7	21.8
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

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

Заведующая столовой

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена-Иск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

22 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №7

Вторник

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

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	593	217.20 руб.	567.3	16	13	93.4
Каша пшениная молочная жидкая 200/5	203		283.6	7.8	9.5	35.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
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	935	217.20 руб.	938.1	36	24.4	153
Салат Витаминный 100	100		138.0	0.0	10.1	10.6
Суп картофельный с рисом 250	250		120.3	1.6	5.0	17.0
Котлеты куриные с соусом красным 70/30	100		98.1	9.2	2.9	8.8
Пюре из гороха с маслом 180/5	185		258.3	17.5	5.4	46.5
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Обед № 2	920	217.20 руб.	946.9	31.8	39.7	114.4
Винегрет овощной 100	100		130.0	1.3	10.8	6.8
Суп картофельный с рисом 250	250		120.3	1.6	5.0	17.0
Рагу из птицы 280	280		396.8	22.0	23.0	25.4
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
Полдник	350	217.20 руб.	273.0	8.2	13	82.8
Булочка Домашняя 100	100		155.0	7.5	13.0	60.3
Сок яблочный 250	250		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.

Меню

МАОУ Гимназия №7 Сибирская

22 сентября 2026 г.

Дополнительное меню

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
Пицца Домашняя	100	80,00 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	1 шт	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	1 шт	72,00 руб.	131,4	5,4	4,2	18,0
Суп картофельный с рисом	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
Филе куриное с овощами запеченное	100	150,00 руб.	231,0	13,8	2,0	25,0
Рагу из птицы	200	100,00 руб.	307,7	13,7	13,6	32,5
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	48,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,3
Салат из Витаминный	60	24,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,1
Винегрет овощной	60	42,00 руб.	78,0	0,0	6,5	4,0
Булочка Домашняя	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.