

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

15 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №2

Вторник

Для учащихся 7-11 лет

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	553	109.00 руб.	473.9	12.9	10.1	85.3
Каша рисовая молочная жидкая 150/3	153	37.00 руб.	172.1	4.1	6.5	24.3
Яблоки 120	120	35.00 руб.	56.4	0.0	0.0	11.8
Кофейный напиток с молоком 200	200	25.00 руб.	79.0	3.2	2.9	15.9
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	540	188.00 руб.	563.5	24.9	29.6	55.5
Салат из свежих огурцов 60	60	35.00 руб.	61.2	0.0	6.6	1.2
Пагу из птицы 240	240	120.00 руб.	340.1	18.9	19.7	21.8
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	763	215.00 руб.	768.6	30.9	26.1	101.3
Салат картофельный с огурцами солеными 60	60	35.00 руб.	57.6	1.0	3.2	6.3
Борщ с капустой/картофелем 200	200	40.00 руб.	76.0	1.5	4.0	8.5
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90	75.00 руб.	196.2	8.7	13.8	9.4
Пюре из гороха с маслом 150/3	153	35.00 руб.	217.0	14.7	4.5	29.3
Напиток из шиповника 200	200	20.00 руб.	97.0	0.7	0.0	22.8
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	300	80.00 руб.	240.8	7	13	81.6
Крендель сахарный 100	100	40.00 руб.	130.8	6.9	13.0	58.8
Сок персик-яблоко 200	200	40.00 руб.	110.0	0.1	0.0	22.8

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

15 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №2

Вторник

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	643	133.00 руб.	568.8	15.1	12.4	101.2
Каша рисовая молочная жидкая 200/3	203	49.00 руб.	229.4	5.5	8.6	32.4
Яблоки 150	150	45.00 руб.	70.5	0.0	0.0	14.7
Кофейный напиток с молоком 200	200	25.00 руб.	79.0	3.2	2.9	15.9
Хлеб пшеничный 50	50	8.00 руб.	117.5	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный 40	40	6.00 руб.	72.4	2.6	0.5	13.6
Комплекс 2 Завтрак2	620	228.00 руб.	661.0	28	36.4	59.9
Салат из свежих огурцов 100	100	55.00 руб.	102.0	0.0	10.1	2.0
Пагу из птицы 280	280	140.00 руб.	396.8	22.0	23.0	25.4
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	895	264.00 руб.	889.1	33.9	31.6	125.9
Салат картофельный с огурцами солеными 100	100	55.00 руб.	96.0	0.0	5.3	10.5
Борщ с капустой/картофелем 250	250	50.00 руб.	95.0	1.8	5.0	10.7
Котлеты мясная свинина/птица. с соусом крас70/30	100	87.00 руб.	218.0	9.6	15.3	10.4
Пюре из гороха с маслом 180/5	185	42.00 руб.	258.3	17.5	5.4	46.5
Напиток из шиповника 200	200	20.00 руб.	97.0	0.7	0.0	22.8
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.	407.5	8.1	13	87.3
Крендель сахарный 100	100	40.00 руб.	270.0	6.9	13.0	58.8
Сок персик-яблоко 250	250	45.00 руб.	137.5	1.2	0.0	28.5

Согласовано Директор

Калашникова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

15 Сентября 2026 г.

исключить рыбу

Льготное 7-11

Неделя №1

День №2

Вторник

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 3 Обед1	703	105.00 руб.	711.0	29.9	22.9	95
Борщ с капустой/картофелем 200	200		76.0	1.5	4.0	8.5
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Пюре из гороха с маслом 150/3	153		217.0	14.7	4.5	29.3
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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

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

15 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №1

День №2

Вторник

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	553	91.40 руб.	473.9	12.9	10.1	85.3
Каша рисовая молочная жидкая 150/3	153		172.1	4.1	6.5	24.3
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Комплекс 2 Завтрак2	500	91.40 руб.	616.2	27.1	26.1	73.4
Пагу из птицы 200	200		352.7	17.6	22.4	20.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
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	703	91.40 руб.	711.0	29.9	22.9	95
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Пюре из гороха с маслом 150/3	153		217.0	14.7	4.5	29.3
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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
Борщ* с капустой/картофелем 200 род плата	200		76.0	1.5	4.0	8.5

Согласовано Директор

Калашникова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

15 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №2

Вторник

Льготное С 12 лет и старше

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	613	105.00 руб.	554.7	15.1	12.4	98.3
Каша рисовая молочная жидкая 200/3	203		229.4	5.5	8.6	32.4
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
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
Комплекс 2 Завтрак2	550	105.00 руб.	616.1	27.7	26.3	71.6
Салат из свежих огурцов 30	30		30.6	0.0	3.0	0.6
Рагу из птицы 240	240		340.1	18.9	19.7	21.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Комплекс 3 Обед1	815	105.00 руб.	836.4	35.1	25.1	127.6
Борщ с капустой/картофелем 250	250		95.0	1.8	5.0	10.7
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Пюре из гороха с маслом 180/5	185		258.3	17.5	5.4	46.5
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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

Заведующая столовой

Баранова В.В.

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

Гимназия 7 Сибирская
15 Сентября 2026 г.

Неделя №1
День №2
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	553	196.07 руб.	473.9	12.9	10.1	85.3
Каша рисовая молочная жидкая 150/3	153		172.1	4.1	6.5	24.3
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Обед № 1	770	196.07 руб.	722.6	26.1	30.9	84.2
Салат из свежих огурцов 60	60		61.2	0.0	6.6	1.2
Борщ с капустой/картофелем 200	200		76.0	1.5	4.0	8.5
Рагу из птицы 240	240		340.1	18.9	19.7	21.8
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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 № 2	763	196.07 руб.	768.6	30.9	26.1	101.3
Салат картофельный с огурцами солеными 60	60		57.6	1.0	3.2	6.3
Борщ с капустой/картофелем 200	200		76.0	1.5	4.0	8.5
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Пюре из гороха с маслом 150/3	153		217.0	14.7	4.5	29.3
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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
Полдник	300	196.07 руб.	240.8	7	13	81.6
Крендель сахарный 100	100		130.8	6.9	13.0	58.8
Сок персик-яблоко 200	200		110.0	0.1	0.0	22.8

Согласовано Директор  Калашникова Л.А.
Гимназия 7 Сибирская
Заведующая столовой  Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Иск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Гимназия 7 Сибирская

15 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №1

День №2

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	623	105.00 руб.	546.0	14.5	12.3	96.8
Каша рисовая молочная жидкая 200/3	203		229.4	5.5	8.6	32.4
Яблоки 140	140		65.8	0.0	0.0	13.7
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	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 №2	810	105.00 руб.	780.7	32.5	28.8	98.3
Борщ с капустой/картофелем 250	250		95.0	1.8	5.0	10.7
Рагу из птицы 240	240		340.1	18.9	19.7	21.8
Кофейный напиток с молоком 200 гр	200		96.0	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	815	105.00 руб.	836.4	35.1	25.1	127.6
Борщ с капустой/картофелем 250	250		95.0	1.8	5.0	10.7
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Пюре из гороха с маслом 180/5	185		258.3	17.5	5.4	46.5
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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

Заведующая столовой

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

15 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №2

Вторник

Льготное 7-11

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	583	105.00 руб.	488.0	12.9	10.1	88.2
Каша рисовая молочная жидкая 150/3	153		172.1	4.1	6.5	24.3
Яблоки 150	150		70.5	0.0	0.0	14.7
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Комплекс 2 Завтрак2	500	105.00 руб.	610.6	25.8	28.9	67.2
Салат из свежих огурцов 30	30		30.6	0.0	3.0	0.6
Рагу из птицы 200	200		352.7	17.6	22.4	20.8
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	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 3 Обед1	703	105.00 руб.	711.0	29.9	22.9	95
Борщ с капустой/картофелем 200	200		76.0	1.5	4.0	8.5
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Пюре из гороха с маслом 150/3	153		217.0	14.7	4.5	29.3
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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

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

15 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №2

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	633	217.20 руб.	545.3	14.3	12.2	96.3
Каша рисовая молочная жидкая 200/3	203		229.4	5.5	8.6	32.4
Яблоки 150	150		70.5	0.0	0.0	14.7
Кофейный напиток с молоком 200	200		79.0	3.2	2.9	15.9
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Обед № 1	910	217.20 руб.	857.2	30.1	38.8	94.2
Салат из свежих огурцов 100	100		102.0	0.0	10.1	2.0
Борщ с капустой/картофелем 250	250		95.0	1.8	5.0	10.7
Рагу из птицы 280	280		396.8	22.0	23.0	25.4
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Обед № 2	905	217.20 руб.	912.6	34.6	31.6	130.8
Салат картофельный с огурцами солеными 100	100		96.0	0.0	5.3	10.5
Борщ с капустой/картофелем 250	250		95.0	1.8	5.0	10.7
Котлеты мясная свинина/птица. с соусом крас70/30	100		218.0	9.6	15.3	10.4
Пюре из гороха с маслом 180/5	185		258.3	17.5	5.4	46.5
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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
Полдник	350	217.20 руб.	407.5	8.1	13	87.3
Крендель сахарный 100	100		270.0	6.9	13.0	58.8
Сок персик-яблоко 250	250		137.5	1.2	0.0	28.5

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"

15 сентября 2026г



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	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
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
Молочный коктейль Фруто Няня	1шт	72,00 руб.	131,4	5,4	4,2	18,0
Борщ с капустой и картофелем	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 сыром	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
Котлета мясная с соусом	90	75,00 руб.	189,0	10,1	13,6	12,5
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	48,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,3
Салат из свежих огурцов	60	35,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,1
Салат картофельный с огурцами солеными	60	35,00 руб.	57,6	1,0	3,2	6,3
Батончик Квинто	29	30,00 руб.	270,0	1,1	1,2	17,9
Мармелад фруктовый	30	30,00 руб.	103,0	1,5	0,3	8,9
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

Согласовано

_____ Калашникова Л.А.

Директор МАОУ Гимназия №7 Сибирская

Заведующий столовой _____

_____ Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

15 Сентября 2026 г.

исключить рыбу

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

Неделя №1

День №2

Вторник

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Обед № 2	763	196.07 руб.	768.6	30.9	26.1	101.3
Салат картофельный с огурцами солеными 60	60		57.6	1.0	3.2	6.3
Борщ с капустой/картофелем 200	200		76.0	1.5	4.0	8.5
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Пюре из гороха с маслом 150/3	153		217.0	14.7	4.5	29.3
Напиток из шиповника 200	200		97.0	0.7	0.0	22.8
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
Полдник	300	196.07 руб.	240.8	7	13	81.6
Крендель сахарный 100	100		130.8	6.9	13.0	58.8
Сок персик-яблоко 200	200		110.0	0.1	0.0	22.8

Согласовано Директор

Калашикова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой

Баранова В.В.