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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад **Неделя №2**
19 Ноября 2026 г. **День №9**
Четверг

Бесплатное питание 7-11 лет (с 1-4 класс)исключить рыбу и морепродукты, яйцо, орехи) **Пищевые вещестава, 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

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
19 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №9
Четверг

Для учащихся 7 - 11 лет

Пищевые веществава, 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.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
19 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №9
Четверг

Для детей ДШО 3-7 лет исключить молочные и к-молочные продукты, яйцо, кондитерские изделия и сладости. **Пищевые вещества, г.**

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**585**	**195.00 руб.**	**505.3**	**7.5**	**2.6**	**88.3**
Д Каша "Дружба" с сахаром б/масла, молока 200	200		319.1	4.4	1.7	48.8
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
Д Рис отварной /масло раст.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.**	**338.0**	**4.7**	**8.4**	**63.9**
ДС Булочка Дорожная 60	60		198.0	4.1	8.4	31.3
Сок в ассортименте 200	190		140.0	0.6	0.0	32.6
Ужин	**530**	**0.00 руб.**	**501.2**	**10**	**18.6**	**53.6**
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
Д Картофель отварной /масло раст 150	150		153.0	0.0	7.3	19.0
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
19 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №9
Четверг

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

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	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
19 Ноября 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.

Э "Большая Перемена Нск"
верждено
неральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
19 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №9
Четверг

Льготное 7-11

Пищевые вещестава, 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 **Неделя №2**
19 Ноября 2026 г. **День №9**
Четверг

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

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 **Неделя №2**
19 Ноября 2026 г. **День №9**
Четверг

Для детей ДШО 1-3 лет **Пищевые вещестава, г.**

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.