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

# Меню

**МАОУ Гимназия №7 Сибирская**
**06 октября 2026 г.**

Дополнительное меню **Пищевые вещестава, г.**

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 |
| Молочный коктейль Фруто Няня | 1шт | 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 Витаминый | 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.**

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

# Меню

**Гимназия 7 Сибирская** **Неделя №2**
**6 Октября 2026 г.** **День №7**
**Вторник**

Учащиеся,родители которых принимают участие в СВО (мобилизованные,добровольцы) **Пищевые вещестава, г.**

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 _____ Калашникова Л.А.**
**Гимназия 7 Сибирская**
**Заведующая столовой_____ Баранова В.В.**

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

# Меню

**Неделя №2**
**День №7**
**Вторник**

**Гимназия 7 Сибирская**
**6 Октября 2026 г.**

Льготное С 12 лет и старше

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Пищевые вещестава, г. Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **573** | **105.00 руб.** | **557.9** | **16** | **13** | **91.4** |
| Каша пшенная 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 _____ Калашникова Л.А.**
**Гимназия 7 Сибирская**
**Заведующая столовой_____ Баранова В.В.**

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

# Меню

Неделя №2
День №7
Вторник

Гимназия 7 Сибирская
6 Октября 2026 г.

Пищевые веществава, г.

Льготное 7-11

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **573** | **105.00 руб.** | **510.5** | **14** | **10.6** | **87.3** |
| 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 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.**

# Меню

**Гимназия 7 Сибирская**
**6 Октября 2026 г.**

**Неделя №2**
**День №7**
**Вторник**

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

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Пищевые вещества, г. Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **523** | **91.40 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 |
| **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 _____ Калашникова Л.А.**
**Гимназия 7 Сибирская**
**Заведующая столовой_____ Баранова В.В.**

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

# Меню

Неделя №2
День №7
Вторник

Гимназия 7 Сибирская
6 Октября 2026 г.

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

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Пищевые вещестава, г. Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

# Меню

Неделя №2
День №7
Вторник

Гимназия 7 Сибирская
6 Октября 2026 г.

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

Пищевые веществава, г.

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **593** | **217.20 руб.** | **567.3** | **16** | **13** | **93.4** |
| Каша пшенная 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

Неделя №2
День №7
Вторник

Гимназия 7 Сибирская
6 Октября 2026 г.

Пищевые веществава, г.

Для учащихся с 12 лет и старше

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак1** | **623** | **130.00 руб.** | **581.4** | **16** | **13** | **96.3** |
| Каша пшенная 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 _____ 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
6 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №7
Вторник

Для учащихся 7- 11лет

Пищевые веществава, г.

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 Иск"**
**Утверждено**
**Генеральный директор_____ Даниленко Е.Е.**

# Меню

**Гимназия 7 Сибирская**
**6 Октября 2026 г.**

**Неделя №2**
**День №7**
**Вторник**

(исключить молоко и молочные продукты, рыбу и морепродукты, кондитерские изделия, мед, красители)

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

**Пищевые веществава, г.**

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 _____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**
**6 Октября 2026 г.**

**Неделя №2**
**День №7**
**Вторник**

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

**Пищевые веществa, г.**

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **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 Нск"**
**Утверждено**
**Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.**

# Меню

**Гимназия 7 Сибирская** **Неделя №2**
**6 Октября 2026 г.** **День №7**
**Вторник**

Льготное 7-11 исключить рыбу **Пищевые веществ, г.**

| Наименование блюд | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **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.**