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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
20 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

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

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещестава, г.		
				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

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
20 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Для учащихся 7- 11лет

Пищевые веществаа, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
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	23.00 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	**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 - Детский Сад
Заведующая столовой _____ Мироненко В.М.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
20 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Для детей ДШО 3-7 лет исключить молочные и к-молочные продукты, яйцо, кондитерские изделия и сладости

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			
			Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**455**	**195.00 руб.**	**444.5**	**8.1**	**4.9**	**81.5**
Д Каша ячневая с сахаром б/масла, молока 200	200		264.9	6.5	1.0	47.0
ДС Бутерброд с повидлом б слив/м 55	55		146.0	1.5	3.9	26.1
ДС Чай с сахаром 180	200		33.6	0.1	0.0	8.4
Завтрак №2	**180**	**0.00 руб.**	**64.0**	**0.8**	**0**	**15.2**
ДС Сок яблочный 150	180		64.0	0.8	0.0	15.2
Обед	**720**	**0.00 руб.**	**743.9**	**21.5**	**40.1**	**96.8**
Маринад овощной с томатом 50	50		62.8	0.8	4.5	4.3
Д Рассольник Ленинградский б/смет. 200	200		97.0	1.6	14.7	13.0
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Д Каша гречневая рассыпч/масло раст 120	130		199.6	6.6	6.5	28.7
ДС Компот из вишни и яблок 200	200		88.9	0.2	0.0	21.7
ДС Хлеб пшеничный 20	20		47.3	1.6	0.2	9.7
ДС Хлеб ржано-пшеничный 30	30		52.0	2.0	0.4	10.0
Полдник	**220**	**0.00 руб.**	**214.3**	**2.3**	**2.4**	**45.6**
Печенье Сахарное	20		104.3	1.8	2.4	18.6
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
Ужин	**520**	**0.00 руб.**	**500.8**	**6.7**	**17.1**	**73.4**
ДС Салат Витаминный 60	60		82.8	0.0	6.0	6.2
ДС Рагу овощное 200	200		257.7	2.3	10.4	33.4
ДС Чай с сахаром 200	200		37.3	0.0	0.0	9.3
ДС Хлеб пшеничный 30	30		71.0	2.4	0.3	14.5
ДС Хлеб ржано-пшеничный 30	30		52.0	2.0	0.4	10.0

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
20 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

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	**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 150	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 _____ 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
20 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

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

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещестава, г. Белки	Жиры	Углеводы
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 _____ 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
20 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Льготное 7-11 г.

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**565**	**105.00 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 150	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
Комплекс 2 Завтрак2	**510**	**105.00 руб.**	**651.1**	**22.2**	**26**	**81.5**
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 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	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	**700**	**105.00 руб.**	**702.0**	**24.2**	**20.3**	**107.9**
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
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

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
20 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Для детей ДШО 3-7 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г.		
				Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**435**	**195.00 руб.**	**378.2**	**12.9**	**12.9**	**52.2**
ДС Каша ячневая молочная вязкая 200	200		174.2	4.3	5.2	27.4
ДС Сыр порциями 15	15		54.0	3.5	4.4	0.0
ДС Чай с молоком 200	200		102.7	3.5	3.1	15.1
ДС Хлеб пшеничный 20	20		47.3	1.6	0.2	9.7
Завтрак №2	**180**	**0.00 руб.**	**64.0**	**0.8**	**0**	**15.2**
ДС Сок яблочный 150	180		64.0	0.8	0.0	15.2
Обед	**720**	**0.00 руб.**	**723.1**	**19.4**	**29.4**	**96.4**
Маринад овощной с томатом 50	50		62.8	0.8	4.5	4.3
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
ДС Каша гречневая рассыпчатая 120	130		178.8	4.5	6.3	28.3
ДС Компот из вишни и яблок 200	200		88.9	0.2	0.0	21.7
ДС Хлеб пшеничный 20	20		47.3	1.6	0.2	9.7
ДС Хлеб ржано-пшеничный 30	30		52.0	2.0	0.4	10.0
Полдник	**220**	**0.00 руб.**	**214.3**	**2.3**	**2.4**	**45.6**
Печенье Сахарное	20		104.3	1.8	2.4	18.6
Компот из смеси сухофруктов 200	200		110.0	0.5	0.0	27.0
Ужин	**520**	**0.00 руб.**	**500.8**	**6.7**	**17.1**	**73.4**
ДС Салат Витаминный 60	60		82.8	0.0	6.0	6.2
ДС Рагу овощное 200	200		257.7	2.3	10.4	33.4
ДС Чай с сахаром 200	200		37.3	0.0	0.0	9.3
ДС Хлеб пшеничный 30	30		71.0	2.4	0.3	14.5
ДС Хлеб ржано-пшеничный 30	30		52.0	2.0	0.4	10.0

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
20 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Для детей ДШО 1-3 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**350**	**160.00 руб.**	**305.6**	**10.2**	**9.9**	**43.7**
ДС Каша ячневая молочная вязкая 150	150		135.0	3.3	4.1	21.2
ДС Сыр порциями 10	10		36.0	2.3	3.0	0.0
ДС Чай с молоком 180	170		87.3	3.0	2.6	12.8
ДС Хлеб пшеничный 20	20		47.3	1.6	0.2	9.7
Завтрак №2	**150**	**0.00 руб.**	**64.0**	**0.8**	**0**	**15.2**
ДС Сок яблочный 150	150		64.0	0.8	0.0	15.2
Обед	**542**	**0.00 руб.**	**587.2**	**16.1**	**24.6**	**77**
Маринад овощной с томатом 30	30		37.7	0.5	2.7	2.6
ДС Рассольник Ленинградский 150	150		72.5	1.3	3.1	9.9
Котлета мясная (свинина/птица) с соусом 50/30	80		174.4	7.7	12.2	8.4
ДС Каша гречневая рассыпчатая 120	110		178.8	4.5	6.3	28.3
Компот из клубники 150	150		71.0	0.3	0.0	17.2
ДС Хлеб пшеничный 15	10		35.5	1.2	0.2	7.3
ДС Хлеб ржано-пшеничный 10	12		17.3	0.6	0.1	3.3
Полдник	**200**	**0.00 руб.**	**206.0**	**2.2**	**2.4**	**43.6**
Печенье Сахарное	20		104.3	1.8	2.4	18.6
ДС Компот из смеси сухофруктов 180	180		101.7	0.4	0.0	25.0
Ужин	**400**	**0.00 руб.**	**385.7**	**6.2**	**11.5**	**50.4**
Салат Витаминный 30	30		41.4	0.0	3.0	3.1
ДС Рагу овощное 150	150		193.3	1.7	7.8	15.8
ДС Чай с сахаром 150	160		28.0	0.1	0.0	7.0
ДС Хлеб пшеничный 30	30		71.0	2.4	0.3	14.5
ДС Хлеб ржано-пшеничный 30	30		52.0	2.0	0.4	10.0

Согласовано Директор _____ Калашникова Л.А.
Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
Заведующая столовой _____ Мироненко В.М.