

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

## Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

7 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №6

Понедельник

Для детей ДШО 1-3 лет

Пищевые вещества, г.

| Наименование блюд                      | Выход, г.  | Цена, руб.         | Калорийность, ккал. | Белки       | Жиры        | Угле-<br>воды |
|----------------------------------------|------------|--------------------|---------------------|-------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                         | <b>350</b> | <b>160.00 руб.</b> | <b>287.2</b>        | <b>8.5</b>  | <b>8.1</b>  | <b>45</b>     |
| ДС Каша кукурузная молочная жидкая 130 | 130        |                    | 152.9               | 3.9         | 4.8         | 23.6          |
| ДС Чай с сахаром 180                   | 180        |                    | 33.6                | 0.1         | 0.0         | 8.4           |
| ДС Хлеб пшеничный 20                   | 20         |                    | 47.3                | 1.6         | 0.2         | 9.7           |
| ДС Хлеб ржано-пшеничный 10             | 10         |                    | 17.3                | 0.6         | 0.1         | 3.3           |
| ДС Сыр порциями 10                     | 10         |                    | 36.0                | 2.3         | 3.0         | 0.0           |
| <b>Завтрак №2</b>                      | <b>150</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>66.0</b>         | <b>0.6</b>  | <b>0.6</b>  | <b>14.7</b>   |
| ДС Яблоки 150                          | 150        |                    | 66.0                | 0.6         | 0.6         | 14.7          |
| <b>Обед</b>                            | <b>525</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>501.3</b>        | <b>15.8</b> | <b>15.4</b> | <b>63.9</b>   |
| Огурцы свежие(овощи натур)30           | 30         |                    | 4.2                 | 0.0         | 0.0         | 0.2           |
| ДС Борщ с капустой и картофелем 150    | 150        |                    | 56.3                | 1.0         | 2.9         | 6.6           |
| ДС Плов из отварной птицы 160          | 160        |                    | 273.5               | 12.2        | 12.1        | 28.9          |
| Компот из смеси ягод с/м 150           | 150        |                    | 94.0                | 0.0         | 0.0         | 13.5          |
| ДС Хлеб пшеничный 20                   | 20         |                    | 47.3                | 1.6         | 0.2         | 9.7           |
| ДС Хлеб ржано-пшеничный 15             | 15         |                    | 26.0                | 1.0         | 0.2         | 5.0           |
| <b>Полдник</b>                         | <b>200</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>229.0</b>        | <b>4.3</b>  | <b>6.5</b>  | <b>43.1</b>   |
| ДС Крендель сахарный 50                | 50         |                    | 165.0               | 3.5         | 6.5         | 27.9          |
| ДС Сок яблочный 150                    | 150        |                    | 64.0                | 0.8         | 0.0         | 15.2          |
| <b>Ужин</b>                            | <b>400</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>358.2</b>        | <b>19.8</b> | <b>31.2</b> | <b>37.8</b>   |
| Икра морковная 30                      | 30         |                    | 34.5                | 0.0         | 2.1         | 3.1           |
| ДС Омлет натуральный 150               | 150        |                    | 143.0               | 13.2        | 25.5        | 2.5           |
| ДС Какао с молоком 180                 | 180        |                    | 98.7                | 3.7         | 3.2         | 15.8          |
| 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           |

Согласовано Директор

Калашникова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

Заведующая столовой

Миронченко В.М.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

## Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

7 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №6

Понедельник

Для детей ДПО 3-7 лет

Пищевые вещества, г.

| Наименование блюд                      | Выход, г.  | Цена, руб.         | Калорийность, ккал. | Белки       | Жиры        | Угле-<br>воды |
|----------------------------------------|------------|--------------------|---------------------|-------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                         | <b>425</b> | <b>195.00 руб.</b> | <b>385.4</b>        | <b>12.5</b> | <b>12.3</b> | <b>55.7</b>   |
| ДС Каша кукурузная молочная жидкая 160 | 165        |                    | 194.1               | 5.0         | 6.0         | 30.0          |
| ДС Чай с сахаром 200                   | 200        |                    | 37.3                | 0.0         | 0.0         | 9.3           |
| 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           |
| ДС Сыр порциями 20                     | 20         |                    | 72.0                | 4.6         | 5.9         | 0.0           |
| <b>Завтрак №2</b>                      | <b>150</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>66.0</b>         | <b>0.6</b>  | <b>0.6</b>  | <b>14.7</b>   |
| ДС Яблоки 150                          | 150        |                    | 66.0                | 0.6         | 0.6         | 14.7          |
| <b>Обед</b>                            | <b>690</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>660.1</b>        | <b>20.8</b> | <b>19.3</b> | <b>83.2</b>   |
| ДС Огурцы свежие (овощи натур.) 50     | 50         |                    | 33.7                | 0.0         | 0.0         | 1.2           |
| ДС Борщ с капустой и картофелем 180    | 180        |                    | 67.5                | 1.2         | 3.5         | 7.9           |
| ДС Плов из отварной птицы 200          | 200        |                    | 341.9               | 15.2        | 15.1        | 36.1          |
| Компот из смеси ягод с/м 200           | 200        |                    | 94.0                | 0.0         | 0.0         | 13.5          |
| 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          |
| <b>Полдник</b>                         | <b>250</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>262.0</b>        | <b>5</b>    | <b>7.9</b>  | <b>48.6</b>   |
| ДС Крендель сахарный 60                | 60         |                    | 198.0               | 4.2         | 7.9         | 33.4          |
| ДС Сок яблочный 150                    | 190        |                    | 64.0                | 0.8         | 0.0         | 15.2          |
| <b>Ужин</b>                            | <b>510</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>475.1</b>        | <b>25.4</b> | <b>42.2</b> | <b>48.4</b>   |
| Икра морковная 60                      | 60         |                    | 69.0                | 0.0         | 4.2         | 6.2           |
| ДС Омлет натуральный 200               | 200        |                    | 190.7               | 17.6        | 34.0        | 3.4           |
| ДС Какао с молоком 200                 | 200        |                    | 109.7               | 4.1         | 3.5         | 17.6          |
| ДС Хлеб пшеничный 30                   | 30         |                    | 71.0                | 2.4         | 0.3         | 14.5          |
| ДС Хлеб ржано-пшеничный 20             | 20         |                    | 34.7                | 1.3         | 0.2         | 6.7           |

Согласовано Директор

Калашникова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

Заведующая столовой

Миронченко В.М.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.

## Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

7 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №6

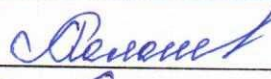
Понедельник

Для учащихся 7-11 лет

Пищевые вещества, г.

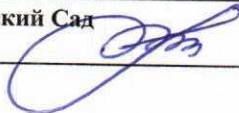
| Наименование блюд                               | Выход, г.  | Цена, руб.         | Калорийность, ккал. | Белки       | Жиры        | Угле-<br>воды |
|-------------------------------------------------|------------|--------------------|---------------------|-------------|-------------|---------------|
| <b>Комплекс 1 Завтрак1</b>                      | <b>560</b> | <b>135.00 руб.</b> | <b>557.8</b>        | <b>19.6</b> | <b>15.7</b> | <b>85.9</b>   |
| Плов из отварной птицы 200                      | 200        | 95.00 руб.         | 326.0               | 15.2        | 15.1        | 36.1          |
| Чай с сахаром 200                               | 200        | 5.00 руб.          | 60.0                | 0.1         | 0.0         | 15.0          |
| Яблоки 100                                      | 100        | 25.00 руб.         | 47.0                | 0.0         | 0.0         | 9.8           |
| 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          |
| <b>Комплекс 2 Завтрак2</b>                      | <b>500</b> | <b>138.00 руб.</b> | <b>477.6</b>        | <b>18.6</b> | <b>15.5</b> | <b>69.2</b>   |
| Огурцы свежие (овощи натур) 60                  | 60         | 30.00 руб.         | 8.4                 | 0.5         | 0.0         | 1.5           |
| Плов из отварной птицы 200                      | 200        | 95.00 руб.         | 326.0               | 15.2        | 15.1        | 36.1          |
| Чай с сахаром 200                               | 200        | 5.00 руб.          | 60.0                | 0.1         | 0.0         | 15.0          |
| Хлеб ржано-пшеничный 20                         | 20         | 4.00 руб.          | 36.2                | 1.3         | 0.2         | 6.8           |
| Хлеб пшеничный 20                               | 20         | 4.00 руб.          | 47.0                | 1.5         | 0.2         | 9.8           |
| <b>Комплекс 3 Обед1</b>                         | <b>760</b> | <b>203.00 руб.</b> | <b>806.3</b>        | <b>22.6</b> | <b>29.7</b> | <b>100</b>    |
| Икра морковная 60                               | 60         | 27.00 руб.         | 69.0                | 0.0         | 4.2         | 6.2           |
| Борщ с капустой/картофелем 200                  | 200        | 36.00 руб.         | 76.0                | 1.5         | 4.0         | 8.5           |
| Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30 | 90         | 70.00 руб.         | 189.4               | 8.1         | 13.1        | 9.8           |
| Каша гречневая рассыпчатая 150                  | 150        | 35.00 руб.         | 253.1               | 8.7         | 7.8         | 37.0          |
| Компот из смеси ягод с/м 200                    | 200        | 25.00 руб.         | 94.0                | 0.0         | 0.0         | 13.5          |
| Хлеб ржано-пшеничный 30                         | 30         | 5.00 руб.          | 54.3                | 2.0         | 0.4         | 10.2          |
| Хлеб пшеничный 30                               | 30         | 5.00 руб.          | 70.5                | 2.3         | 0.2         | 14.8          |
| <b>Полдник</b>                                  | <b>300</b> | <b>78.00 руб.</b>  | <b>232.8</b>        | <b>7.5</b>  | <b>13</b>   | <b>91.4</b>   |
| Крендель сахарный 100                           | 100        | 38.00 руб.         | 130.8               | 6.9         | 13.0        | 58.8          |
| 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

 Миронченко В.М.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.

## Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

7 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №6

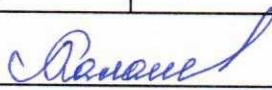
Понедельник

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

Пищевые вещества, г.

| Наименование блюд                               | Выход, г.  | Цена, руб.        | Калорийность, ккал. | Белки       | Жиры        | Угле-<br>воды |
|-------------------------------------------------|------------|-------------------|---------------------|-------------|-------------|---------------|
| <b>Комплекс 1 Завтрак1</b>                      | <b>500</b> | <b>91.40 руб.</b> | <b>594.0</b>        | <b>22.4</b> | <b>16.1</b> | <b>92.7</b>   |
| Плов из отварной птицы 200                      | 200        |                   | 326.0               | 15.2        | 15.1        | 36.1          |
| 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 50                         | 50         |                   | 90.5                | 3.3         | 0.6         | 17.0          |
| <b>Комплекс 2 Завтрак2</b>                      | <b>500</b> | <b>91.40 руб.</b> | <b>594.0</b>        | <b>22.4</b> | <b>16.1</b> | <b>92.7</b>   |
| Плов из отварной птицы 200                      | 200        |                   | 326.0               | 15.2        | 15.1        | 36.1          |
| Чай с сахаром 200                               | 200        |                   | 60.0                | 0.1         | 0.0         | 15.0          |
| Хлеб ржано-пшеничный 50                         | 50         |                   | 90.5                | 3.3         | 0.6         | 17.0          |
| Хлеб пшеничный 50                               | 50         |                   | 117.5               | 3.8         | 0.4         | 24.6          |
| <b>Комплекс 3 Обед1</b>                         | <b>700</b> | <b>91.40 руб.</b> | <b>737.3</b>        | <b>22.6</b> | <b>25.5</b> | <b>93.8</b>   |
| Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30 | 90         |                   | 189.4               | 8.1         | 13.1        | 9.8           |
| Каша гречневая рассыпчатая 150                  | 150        |                   | 253.1               | 8.7         | 7.8         | 37.0          |
| Компот из смеси ягод с/м 200                    | 200        |                   | 94.0                | 0.0         | 0.0         | 13.5          |
| Хлеб ржано-пшеничный 30                         | 30         |                   | 54.3                | 2.0         | 0.4         | 10.2          |
| Хлеб пшеничный 30                               | 30         |                   | 70.5                | 2.3         | 0.2         | 14.8          |
| Борщ* с капустой/картофелем 200 род плата       | 200        |                   | 76.0                | 1.5         | 4.0         | 8.5           |

Согласовано Директор

 Калашникова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

Заведующая столовой

 Миронченко В.М.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.

## Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

7 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №6

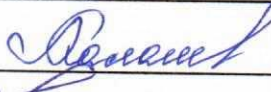
Понедельник

Льготное 7-11

Пищевые вещества, г.

| Наименование блюд                               | Выход, г.  | Цена, руб.         | Калорийность, ккал. | Белки       | Жиры        | Угле-<br>воды |
|-------------------------------------------------|------------|--------------------|---------------------|-------------|-------------|---------------|
| <b>Комплекс 1 Завтрак1</b>                      | <b>560</b> | <b>105.00 руб.</b> | <b>557.8</b>        | <b>19.6</b> | <b>15.7</b> | <b>85.9</b>   |
| Плов из отварной птицы 200                      | 200        |                    | 326.0               | 15.2        | 15.1        | 36.1          |
| 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 30                               | 30         |                    | 70.5                | 2.3         | 0.2         | 14.8          |
| Хлеб ржано-пшеничный 30                         | 30         |                    | 54.3                | 2.0         | 0.4         | 10.2          |
| <b>Комплекс 2 Завтрак2</b>                      | <b>500</b> | <b>105.00 руб.</b> | <b>533.1</b>        | <b>20.2</b> | <b>15.8</b> | <b>79.7</b>   |
| Огурцы свежие(овощи натур)30                    | 30         |                    | 4.2                 | 0.0         | 0.0         | 0.2           |
| Плов из отварной птицы 200                      | 200        |                    | 326.0               | 15.2        | 15.1        | 36.1          |
| Чай с сахаром 200                               | 200        |                    | 60.0                | 0.1         | 0.0         | 15.0          |
| Хлеб ржано-пшеничный 40                         | 40         |                    | 72.4                | 2.6         | 0.5         | 13.6          |
| Хлеб пшеничный 30                               | 30         |                    | 70.5                | 2.3         | 0.2         | 14.8          |
| <b>Комплекс 3 Обед1</b>                         | <b>700</b> | <b>105.00 руб.</b> | <b>737.3</b>        | <b>22.6</b> | <b>25.5</b> | <b>93.8</b>   |
| Борщ с капустой/картофелем 200                  | 200        |                    | 76.0                | 1.5         | 4.0         | 8.5           |
| Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30 | 90         |                    | 189.4               | 8.1         | 13.1        | 9.8           |
| Каша гречневая рассыпчатая 150                  | 150        |                    | 253.1               | 8.7         | 7.8         | 37.0          |
| Компот из смеси ягод с/м 200                    | 200        |                    | 94.0                | 0.0         | 0.0         | 13.5          |
| Хлеб ржано-пшеничный 30                         | 30         |                    | 54.3                | 2.0         | 0.4         | 10.2          |
| Хлеб пшеничный 30                               | 30         |                    | 70.5                | 2.3         | 0.2         | 14.8          |

Согласовано Директор

 Калашникова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

Заведующая столовой

 МIRONЧЕНКО В.М.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.

## Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

7 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №6

Понедельник

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

Пищевые вещества, г.

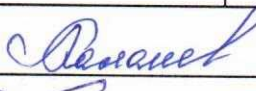
| Наименование блюд                     | Выход, г. | Цена, руб.  | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Угле-<br>воды |
|---------------------------------------|-----------|-------------|---------------------|-------|------|---------------|
| Комплекс 1 Завтрак                    | 563       | 196.07 руб. | 488.0               | 12.6  | 10.5 | 83.4          |
| Каша кукурузная молочная жидкая 200/3 | 203       |             | 240.0               | 6.2   | 7.5  | 37.0          |
| 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 30                     | 30        |             | 70.5                | 2.3   | 0.2  | 14.8          |
| Хлеб ржано-пшеничный 20               | 20        |             | 36.2                | 1.3   | 0.2  | 6.8           |
| Сыр твердый (порциями) 10             | 10        |             | 34.3                | 2.7   | 2.6  | 0.0           |

|                                |     |             |       |      |      |      |
|--------------------------------|-----|-------------|-------|------|------|------|
| Обед № 1                       | 760 | 196.07 руб. | 713.5 | 24.6 | 22.8 | 91.8 |
| Огурцы свежие (овощи натур) 60 | 60  |             | 8.4   | 0.5  | 0.0  | 1.5  |
| Борщ с капустой/картофелем 200 | 200 |             | 76.0  | 1.5  | 4.0  | 8.5  |
| Плов из отварной птицы 240     | 240 |             | 410.3 | 18.3 | 18.2 | 43.3 |
| Компот из смеси ягод с/м 200   | 200 |             | 94.0  | 0.0  | 0.0  | 13.5 |
| Хлеб ржано-пшеничный 30        | 30  |             | 54.3  | 2.0  | 0.4  | 10.2 |
| Хлеб пшеничный 30              | 30  |             | 70.5  | 2.3  | 0.2  | 14.8 |

|                                                 |     |             |       |      |      |      |
|-------------------------------------------------|-----|-------------|-------|------|------|------|
| Обед № 2                                        | 760 | 196.07 руб. | 806.3 | 22.6 | 29.7 | 100  |
| Икра морковная 60                               | 60  |             | 69.0  | 0.0  | 4.2  | 6.2  |
| Борщ с капустой/картофелем 200                  | 200 |             | 76.0  | 1.5  | 4.0  | 8.5  |
| Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30 | 90  |             | 189.4 | 8.1  | 13.1 | 9.8  |
| Каша гречневая рассыпчатая 150                  | 150 |             | 253.1 | 8.7  | 7.8  | 37.0 |
| Компот из смеси ягод с/м 200                    | 200 |             | 94.0  | 0.0  | 0.0  | 13.5 |
| Хлеб ржано-пшеничный 30                         | 30  |             | 54.3  | 2.0  | 0.4  | 10.2 |
| Хлеб пшеничный 30                               | 30  |             | 70.5  | 2.3  | 0.2  | 14.8 |

|                          |     |             |       |     |      |      |
|--------------------------|-----|-------------|-------|-----|------|------|
| Полдник                  | 300 | 196.07 руб. | 232.8 | 7.5 | 13   | 91.4 |
| Крендель сахарный 100    | 100 |             | 130.8 | 6.9 | 13.0 | 58.8 |
| 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

 МIRONЧЕНКО В.М.