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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
16 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №6
Понедельник

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

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**500**	**91.40 руб.**	**594.0**	**22.4**	**16.1**	**92.7**
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

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
16 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №6
Понедельник

Для учащихся 7- 11лет

Пищевые веществ., г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**560**	**145.00 руб.**	**557.8**	**19.6**	**15.7**	**85.9**
Плов из отварной птицы 200	200	100.00 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	30.00 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
Комплекс 2 Завтрак2	**500**	**146.00 руб.**	**477.6**	**18.6**	**15.5**	**69.2**
Огурцы свежие (овощи натур) 60	60	33.00 руб.	8.4	0.5	0.0	1.5
Плов из отварной птицы 200	200	100.00 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
Комплекс 3 Обед1	**760**	**217.00 руб.**	**806.3**	**22.6**	**29.7**	**100**
Икра морковная 60	60	27.00 руб.	69.0	0.0	4.2	6.2
Борщ с капустой/картофелем 200	200	40.00 руб.	76.0	1.5	4.0	8.5
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90	75.00 руб.	189.4	8.1	13.1	9.8
Каша гречневая рассыпчатая 150	150	40.00 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
Полдник	**300**	**80.00 руб.**	**232.8**	**7.5**	**13**	**91.4**
Крендель сахарный 100	100	40.00 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_____ Мироненко В.М.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
16 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №6
Понедельник

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

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**440**	**195.00 руб.**	**484.7**	**8.1**	**6.4**	**86.6**
Д Каша кукурузная с сахаром б/масла, молока 200	165		266.7	5.3	2.3	44.5
ДС Чай с сахаром 200	200		37.3	0.0	0.0	9.3
ДС Бутерброд с повидлом б слив/м 55	55		146.0	1.5	3.9	26.1
ДС Хлеб ржано-пшеничный 20	20		34.7	1.3	0.2	6.7
Завтрак №2	**150**	**0.00 руб.**	**66.0**	**0.6**	**0.6**	**14.7**
ДС Яблоки 150	150		66.0	0.6	0.6	14.7
Обед	**690**	**0.00 руб.**	**671.8**	**21**	**19.8**	**83.9**
ДС Огурцы свежие (овощи натур.) 50	50		33.7	0.0	0.0	1.2
Д Борщ с капустой, картофелем б/смет. 200	180		79.2	1.4	4.0	8.6
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
Полдник	**250**	**0.00 руб.**	**262.0**	**5**	**7.9**	**48.6**
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
Ужин	**510**	**0.00 руб.**	**355.7**	**3.8**	**12**	**53.4**
Икра морковная 60	60		69.0	0.0	4.2	6.2
Д Картофель отварной /масло раст 150	200		153.0	0.0	7.3	19.0
ДС Чай с сахаром 150	200		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 20	20		34.7	1.3	0.2	6.7

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
16 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №6
Понедельник

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

Пищевые веществ а, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**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 _____ Мироненко В.М.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
16 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №6
Понедельник

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

Пищевые вещестава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**500**	**91.40 руб.**	**594.0**	**22.4**	**16.1**	**92.7**
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
Комплекс 2 Завтрак2	**500**	**91.40 руб.**	**594.0**	**22.4**	**16.1**	**92.7**
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
Комплекс 3 Обед1	**700**	**91.40 руб.**	**737.3**	**22.6**	**25.5**	**93.8**
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_____ Мироненко В.М.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
16 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №6
Понедельник
Пищевые вещества, г.

Льготное 7-11

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**560**	**105.00 руб.**	**557.8**	**19.6**	**15.7**	**85.9**
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
Комплекс 2 Завтрак2	**500**	**105.00 руб.**	**533.1**	**20.2**	**15.8**	**79.7**
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
Комплекс 3 Обед1	**700**	**105.00 руб.**	**737.3**	**22.6**	**25.5**	**93.8**
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_____ Мироненко В.М.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад **Неделя №2**
16 Ноября 2026 г. **День №6**
Понедельник
Для детей ДПО 3-7 лет **Пищевые вещестава, г.**

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**425**	**195.00 руб.**	**385.4**	**12.5**	**12.3**	**55.7**
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
Завтрак №2	**150**	**0.00 руб.**	**66.0**	**0.6**	**0.6**	**14.7**
ДС Яблоки 150	150		66.0	0.6	0.6	14.7
Обед	**690**	**0.00 руб.**	**660.1**	**20.8**	**19.3**	**83.2**
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
Полдник	**250**	**0.00 руб.**	**262.0**	**5**	**7.9**	**48.6**
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
Ужин	**510**	**0.00 руб.**	**475.1**	**25.4**	**42.2**	**48.4**
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_____Мироненко В.М.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад
16 Ноября 2026 г.

Неделя №2
День №6
Понедельник

Для детей ДШО 1-3 лет

Пищевые веществ, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	**350**	**160.00 руб.**	**287.2**	**8.5**	**8.1**	**45**
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
Завтрак №2	**150**	**0.00 руб.**	**66.0**	**0.6**	**0.6**	**14.7**
ДС Яблоки 150	150		66.0	0.6	0.6	14.7
Обед	**525**	**0.00 руб.**	**501.3**	**15.8**	**15.4**	**63.9**
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
Полдник	**200**	**0.00 руб.**	**229.0**	**4.3**	**6.5**	**43.1**
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
Ужин	**400**	**0.00 руб.**	**358.2**	**19.8**	**31.2**	**37.8**
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_____ Мироненко В.М.