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

Меню

МАОУ Гимназия №7 Сибирская
23 октября 2026 г.

Дополнительное меню

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Сосиска в тесте	100	75,00 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
Рассольник Ленинградский	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
Плов из отварной птицы	200	100,00 руб.	380,2	14,8	27,6	29,3
Филе куриное с сыром	100	150,00 руб.	231,0	13,8	2,0	25,0
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	48,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,3
Маринад овощной с томатом	60	27,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,1
Салат Витаминный	60	24,00 руб.	97,2	13,1	4,1	1,9
Крендель сахарный	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**
23 Октября 2026 г. **День №10**
(исключить молоко и молочные продукты, рыбу и морепродукты, кондитерские изделия, мед, красители) **Пятница**
Бесплатное питание 7-11 лет (с 1-4 класс) **Пищевые вещестава, г.**

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
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
Заведующая столовой_____ Баранова В.В.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Льготное 7-11 (исключить рыбу)

Пищевые вещестава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
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
Заведующая столовой_____ Баранова В.В.

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

Недоров

Меню

Гимназия 7 Сибирская
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

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

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
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
Заведующая столовой_____ Баранова В.В.

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

кислов

Меню

Гимназия 7 Сибирская
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

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

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
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
Заведующая столовой_____ Баранова В.В.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Для учащихся 7- 11лет

Пищевые веществава, 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	25.00 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
Заведующая столовой _____ Баранова В.В.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

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	**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
Заведующая столовой_____ Баранова В.В.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Для учащихся с 12 лет и старше

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**615**	**133.00 руб.**	**552.0**	**15.3**	**8.4**	**98.9**
Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185	65.00 руб.	234.1	8.2	6.4	35.0
Чай с молоком 200	200	11.00 руб.	81.0	1.5	1.3	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 40	40	6.00 руб.	72.4	2.6	0.5	13.6
Комплекс 2 Завтрак2	**600**	**187.00 руб.**	**713.9**	**22.9**	**33.4**	**78.9**
Маринад овощной с томатом 100	100	45.00 руб.	125.7	1.8	8.8	8.8
Котлеты мясная свинина/птица. с соусом крас70/30	100	87.00 руб.	218.0	9.6	15.3	10.4
Каша гречневая рассыпчатая 150	180	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 ржано-пшеничный 20	20	4.00 руб.	36.2	1.3	0.2	6.8
Комплекс 3 Обед1	**890**	**265.00 руб.**	**933.7**	**27.9**	**37.2**	**119.6**
Салат Витаминный 100	100	40.00 руб.	138.0	0.0	10.1	10.6
Рассольник Ленинградский 250	250	50.00 руб.	121.3	2.0	5.3	16.3
Плов из отварной птицы 280	280	140.00 руб.	478.6	21.3	21.2	50.5
Компот из клубники 200	200	25.00 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	**350**	**85.00 руб.**	**388.0**	**7.6**	**13**	**81.3**
Крендель сахарный 100	100	40.00 руб.	270.0	6.9	13.0	58.8
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 **Неделя №2**
23 Октября 2026 г. **День №10**
Пятница
Льготное 7-11 **Пищевые вещестава, 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
Заведующая столовой_____ Баранова В.В.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Льготное С 12 лет и старше

Пищевые веществ а, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс 1 Завтрак1	**605**	**105.00 руб.**	**533.9**	**14.7**	**8.3**	**95.5**
Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185		234.1	8.2	6.4	35.0
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 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	**550**	**105.00 руб.**	**689.0**	**23.2**	**27.4**	**87.1**
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 180	180		303.6	10.2	9.4	44.4
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Хлеб пшеничный 30	50		70.5	2.3	0.2	14.8
Комплекс 3 Обед1	**800**	**105.00 руб.**	**834.1**	**28.5**	**24.6**	**123.3**
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
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 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
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
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

Учащиеся,родители которых принимают участие в СВО (мобилизованные,добровольцы)

Пищевые веществ а, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплект№1	**605**	**105.00 руб.**	**579.5**	**16.8**	**8.7**	**104.3**
Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185		234.1	8.2	6.4	35.0
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 50	50		117.5	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
Комплект№2	**800**	**105.00 руб.**	**873.9**	**28.2**	**30.6**	**120.8**
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Котлета мясная свинина/птица с соусом красн60/30	90		196.2	8.7	13.8	9.4
Каша гречневая рассыпчатая 180	180		303.6	10.2	9.4	44.4
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
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№3	**800**	**105.00 руб.**	**834.1**	**28.5**	**24.6**	**123.3**
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
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 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.6

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
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

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

Пищевые веществаа, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	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
Заведующая столовой_____ Баранова В.В.

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

Меню

Гимназия 7 Сибирская
23 Октября 2026 г.

Неделя №2
День №10
Пятница

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	**595**	**217.20 руб.**	**547.3**	**15.3**	**8.4**	**97.9**
Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185		234.1	8.2	6.4	35.0
Чай с молоком 200	200		81.0	1.5	1.3	15.9
Яблоки 140	140		65.8	0.0	0.0	13.7
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	30		72.4	2.6	0.5	13.6
Обед № 1	**890**	**217.20 руб.**	**964.3**	**28.2**	**39.4**	**122.1**
Маринад овощной с томатом 100	100		125.7	1.8	8.8	8.8
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Котлеты мясная свинина/птица. с соусом крас70/30	100		218.0	9.6	15.3	10.4
Каша гречневая рассыпчатая 180	180		303.6	10.2	9.4	44.4
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
Обед № 2	**890**	**217.20 руб.**	**933.7**	**27.9**	**37.2**	**119.6**
Салат Витаминный 100	100		138.0	0.0	10.1	10.6
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Плов из отварной птицы 280	280		478.6	21.3	21.2	50.5
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	**350**	**217.20 руб.**	**388.0**	**7.6**	**13**	**81.3**
Крендель сахарный 100	100		270.0	6.9	13.0	58.8
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.