

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.

## Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

10 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №9

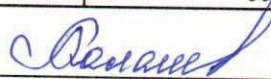
Четверг

Для детей ДШО 3-7 лет

Пищевые вещества, г.

| Наименование блюд                              | Выход, г.  | Цена, руб.         | Калорийность, ккал. | Белки       | Жиры        | Угле-<br>воды |
|------------------------------------------------|------------|--------------------|---------------------|-------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                                 | <b>585</b> | <b>195.00 руб.</b> | <b>326.4</b>        | <b>16</b>   | <b>8.3</b>  | <b>44.8</b>   |
| ДС Каша "Дружба" 200                           | 200        |                    | 140.2               | 12.9        | 7.4         | 5.3           |
| ДС Яблоки 150                                  | 150        |                    | 66.0                | 0.6         | 0.6         | 14.7          |
| ДС Чай с сахаром 200                           | 200        |                    | 37.3                | 0.0         | 0.0         | 9.3           |
| ДС Хлеб пшеничный 35                           | 35         |                    | 82.8                | 2.5         | 0.3         | 15.5          |
| <b>Обед</b>                                    | <b>710</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>559.3</b>        | <b>16.6</b> | <b>16.2</b> | <b>86.2</b>   |
| ДС Салат из б/к капусты и свеклы 50            | 50         |                    | 47.0                | 0.0         | 3.5         | 2.8           |
| ДС Суп картофельный с горохом 180              | 180        |                    | 97.0                | 4.0         | 3.8         | 11.8          |
| Котлета куриная в соусе красном 60/30          | 90         |                    | 81.7                | 6.0         | 2.4         | 8.9           |
| Рис отварной 150                               | 150        |                    | 204.6               | 3.7         | 6.1         | 33.8          |
| ДС Компот из облепихи и яблок 200              | 200        |                    | 47.0                | 0.0         | 0.0         | 12.5          |
| 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           |
| <b>Полдник</b>                                 | <b>250</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>280.3</b>        | <b>5.9</b>  | <b>13.2</b> | <b>39.3</b>   |
| ДС Булочка Дорожная 60                         | 60         |                    | 198.0               | 4.1         | 8.4         | 31.3          |
| ДС Йогурт питьевой 190                         | 190        |                    | 82.3                | 1.8         | 4.8         | 8.0           |
| <b>Ужин</b>                                    | <b>530</b> | <b>0.00 руб.</b>   | <b>474.8</b>        | <b>13.5</b> | <b>15</b>   | <b>66.6</b>   |
| Икра свекольная 50                             | 50         |                    | 57.5                | 0.0         | 3.5         | 5.1           |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 70/30 | 100        |                    | 181.0               | 7.6         | 7.5         | 5.5           |
| ДС Картофель отварной в молоке 150             | 150        |                    | 126.6               | 3.5         | 3.7         | 32.0          |
| ДС Чай с лимоном 200                           | 200        |                    | 38.7                | 0.0         | 0.0         | 9.5           |
| ДС Хлеб пшеничный 30                           | 30         |                    | 71.0                | 2.4         | 0.3         | 14.5          |

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

10 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №9

Четверг

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>593</b> | <b>89.00 руб.</b>  | <b>492.9</b>        | <b>10.4</b> | <b>12.3</b> | <b>81.7</b>   |
| Каша "Дружба" 200/3                            | 203        | 43.00 руб.         | 228.2               | 5.3         | 11.7        | 25.0          |
| Яблоки 120                                     | 120        | 30.00 руб.         | 56.4                | 0.0         | 0.0         | 11.8          |
| Чай с сахаром 200                              | 200        | 5.00 руб.          | 60.0                | 0.1         | 0.0         | 15.0          |
| 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          |
| <b>Комплекс 2 Завтрак2</b>                     | <b>520</b> | <b>135.00 руб.</b> | <b>449.7</b>        | <b>11.3</b> | <b>12.9</b> | <b>71</b>     |
| Салат из б/к капусты и свеклы 60               | 60         | 21.00 руб.         | 56.4                | 0.0         | 4.2         | 3.3           |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30          | 90         | 70.00 руб.         | 81.7                | 6.0         | 2.4         | 8.9           |
| Рис отварной 150                               | 150        | 35.00 руб.         | 204.6               | 3.7         | 6.1         | 33.8          |
| Чай с сахаром 200                              | 200        | 5.00 руб.          | 60.0                | 0.1         | 0.0         | 15.0          |
| Хлеб пшеничный 20                              | 20         | 4.00 руб.          | 47.0                | 1.5         | 0.2         | 9.8           |
| <b>Комплекс 3 Обед1</b>                        | <b>770</b> | <b>194.00 руб.</b> | <b>766.2</b>        | <b>23.3</b> | <b>21.3</b> | <b>96.9</b>   |
| Икра свекольная 60                             | 60         | 27.00 руб.         | 69.0                | 1.4         | 4.2         | 6.2           |
| Суп картофельный с горохом 200                 | 200        | 36.00 руб.         | 86.4                | 1.8         | 3.4         | 12.1          |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90         | 70.00 руб.         | 156.2               | 10.5        | 6.4         | 4.7           |
| Каша перловая рассыпчатая 150                  | 150        | 25.00 руб.         | 209.3               | 4.6         | 6.7         | 31.5          |
| Компот из облепихи и яблоками 200              | 200        | 25.00 руб.         | 97.0                | 0.0         | 0.0         | 12.5          |
| 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          |
| <b>Полдник</b>                                 | <b>300</b> | <b>78.00 руб.</b>  | <b>239.0</b>        | <b>7.6</b>  | <b>13.8</b> | <b>88.4</b>   |
| Булочка Дорожная 100                           | 100        | 38.00 руб.         | 137.0               | 7.0         | 13.8        | 55.8          |
| Сок яблочно-грушевый 200                       | 200        | 40.00 руб.         | 102.0               | 0.6         | 0.0         | 32.6          |

Согласовано Директор

Калашикова Л.А.

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

Заведующая столовой

Миронченко В.М.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

10 Сентября 2026 г.

## Меню

Неделя №2

День №9

Четверг

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

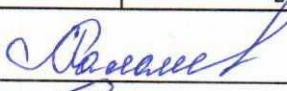
Пищевые вещества, г.

| Наименование блюд                     | Выход, г. | Цена, руб. | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Угле-<br>воды |
|---------------------------------------|-----------|------------|---------------------|-------|------|---------------|
| Комплекс 1 Завтрак1                   | 500       | 91.40 руб. | 471.1               | 14.1  | 9.1  | 82.7          |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90        |            | 81.7                | 6.0   | 2.4  | 8.9           |
| Рис отварной 150                      | 150       |            | 204.6               | 3.7   | 6.1  | 33.8          |
| Чай с сахаром 200                     | 200       |            | 60.0                | 0.1   | 0.0  | 15.0          |
| 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 | 91.40 руб. | 471.1 | 14.1 | 9.1 | 82.7 |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90  |            | 81.7  | 6.0  | 2.4 | 8.9  |
| Рис отварной 150                      | 150 |            | 204.6 | 3.7  | 6.1 | 33.8 |
| Чай с сахаром 200                     | 200 |            | 60.0  | 0.1  | 0.0 | 15.0 |
| 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                               | 730 | 91.40 руб. | 751.8 | 23.3 | 17.4 | 99   |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90  |            | 156.2 | 10.5 | 6.4  | 4.7  |
| Каша перловая рассыпчатая 150                  | 150 |            | 209.3 | 4.6  | 6.7  | 31.5 |
| Компот из облепихи и яблоками 200              | 200 |            | 97.0  | 0.0  | 0.0  | 12.5 |
| 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 |
| Суп* картофельный с горохом 200 род плата      | 200 |            | 99.4  | 1.8  | 3.4  | 12.1 |

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

10 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №9

Четверг

Льготное 7-11

Пищевые вещества, г.

| Наименование блюд                     | Выход, г. | Цена, руб.  | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Угле-<br>воды |
|---------------------------------------|-----------|-------------|---------------------|-------|------|---------------|
| Комплекс 1 Завтрак1                   | 580       | 105.00 руб. | 476.5               | 12.6  | 8.9  | 84.1          |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90        |             | 81.7                | 6.0   | 2.4  | 8.9           |
| Рис отварной 150                      | 150       |             | 204.6               | 3.7   | 6.1  | 33.8          |
| 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 20                     | 20        |             | 47.0                | 1.5   | 0.2  | 9.8           |
| Хлеб ржано-пшеничный 20               | 20        |             | 36.2                | 1.3   | 0.2  | 6.8           |

|                                       |     |             |       |      |     |      |
|---------------------------------------|-----|-------------|-------|------|-----|------|
| Комплекс 2 Завтрак2                   | 510 | 105.00 руб. | 457.7 | 12.6 | 11  | 76   |
| Салат из б/к капусты и свеклы 30      | 30  |             | 28.2  | 0.0  | 2.1 | 1.7  |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30 | 90  |             | 81.7  | 6.0  | 2.4 | 8.9  |
| Рис отварной 150                      | 150 |             | 204.6 | 3.7  | 6.1 | 33.8 |
| Чай с сахаром 200                     | 200 |             | 60.0  | 0.1  | 0.0 | 15.0 |
| 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                               | 730 | 105.00 руб. | 738.8 | 23.3 | 17.4 | 99   |
| Суп картофельный с горохом 200                 | 200 |             | 86.4  | 1.8  | 3.4  | 12.1 |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90  |             | 156.2 | 10.5 | 6.4  | 4.7  |
| Каша перловая рассыпчатая 150                  | 150 |             | 209.3 | 4.6  | 6.7  | 31.5 |
| Компот из облепихи и яблоками 200              | 200 |             | 97.0  | 0.0  | 0.0  | 12.5 |
| 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 |

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

10 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №9

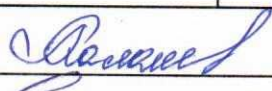
Четверг

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

Пищевые вещества, г.

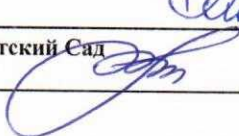
| Наименование блюд                              | Выход, г. | Цена, руб.  | Калорийность, ккал. | Белки | Жиры | Угле-<br>воды |
|------------------------------------------------|-----------|-------------|---------------------|-------|------|---------------|
| Комплекс 1 Завтрак1                            | 593       | 196.07 руб. | 490.1               | 10.4  | 9.6  | 86.7          |
| Каша "Дружба" 150/3                            | 153       |             | 169.7               | 3.9   | 8.7  | 18.8          |
| Яблоки 150\                                    | 150       |             | 70.5                | 0.0   | 0.0  | 14.7          |
| 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 40                        | 40        |             | 72.4                | 2.6   | 0.5  | 13.6          |
| Обед № 1                                       | 760       | 196.07 руб. | 650.9               | 15.8  | 16.7 | 95.8          |
| Салат из б/к капусты и свеклы 60               | 60        |             | 56.4                | 0.0   | 4.2  | 3.5           |
| Суп картофельный с горохом 200                 | 200       |             | 86.4                | 1.8   | 3.4  | 12.1          |
| Биточек куриный в соусе красном 60/30          | 90        |             | 81.7                | 6.0   | 2.4  | 8.9           |
| Рис отварной 150                               | 150       |             | 204.6               | 3.7   | 6.1  | 33.8          |
| Компот из облепихи и яблоками 200              | 200       |             | 97.0                | 0.0   | 0.0  | 12.5          |
| 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                                       | 770       | 196.07 руб. | 766.2               | 23.3  | 21.3 | 96.9          |
| Икра свекольная 60                             | 60        |             | 69.0                | 1.4   | 4.2  | 6.2           |
| Суп картофельный с горохом 200                 | 200       |             | 86.4                | 1.8   | 3.4  | 12.1          |
| Голубцы ленивые (свинина/птица) с соусом 60/30 | 90        |             | 156.2               | 10.5  | 6.4  | 4.7           |
| Каша перловая рассыпчатая 150                  | 150       |             | 209.3               | 4.6   | 6.7  | 31.5          |
| Компот из облепихи и яблоками 200              | 200       |             | 97.0                | 0.0   | 0.0  | 12.5          |
| 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. | 239.0               | 7.6   | 13.8 | 88.4          |
| Булочка Дорожная 100                           | 100       |             | 137.0               | 7.0   | 13.8 | 55.8          |
| 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.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская - Детский Сад

11 Сентября 2026 г.

Неделя №2

День №10

Пятница

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 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

Миронченко В.М.