

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

14 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №1

Понедельник

Для учащихся 7- 11 лет

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	573	98.00 руб.	491.5	10.9	7.7	86.4
Каша пшениная молочная жидкая 150/3	153	37.00 руб.	212.7	5.8	7.1	26.8
Яблоки 150	150	45.00 руб.	70.5	0.0	0.0	14.7
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
Комплекс 2 Завтрак2	550	153.00 руб.	582.6	17.3	26.5	81.2
Салат из б/к капусты с морковью 60	60	24.00 руб.	81.6	0.0	6.0	5.8
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90	75.00 руб.	189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изд. отварные 150	150	40.00 руб.	144.9	5.5	7.0	29.0
Чай с сахаром 200	200	5.00 руб.	60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 30	30	5.00 руб.	70.5	2.3	0.2	14.8
Хлеб ржано-пшеничный 20	20	4.00 руб.	36.2	1.3	0.2	6.8
Комплекс 3 Обед1	750	242.00 руб.	761.3	22.3	37.8	81.5
Салат из свежих помидоров и огурцов 60	60	48.00 руб.	38.4	0.0	3.0	2.1
Рассольник Ленинградский 200	200	40.00 руб.	97.0	1.6	4.2	13.0
Кулеш из гречки со свиной 240	240	120.00 руб.	438.2	16.8	30.2	24.7
Компот из кураги 200	200	25.00 руб.	81.0	0.3	0.0	20.1
Хлеб пшеничный 30	30	5.00 руб.	70.5	2.3	0.2	14.8
Хлеб ржано-пшеничный 20	20	4.00 руб.	36.2	1.3	0.2	6.8
Полдник	300	80.00 руб.	247.0	8.1	13	78.3
Булочка Домашняя 100	100	40.00 руб.	155.0	7.5	13.0	60.3
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.

Гимназия 7 Сибирская

14 Сентября 2026 г.



Меню

Неделя №1

День №1

Понедельник

Для учащихся с 12 лет и старше

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	643	113.00 руб.	604.0	14.3	10.4	103.7
Каша пшениная молочная жидкая 200/5	203	49.00 руб.	283.6	7.8	9.5	35.8
Яблоки 150	150	45.00 руб.	70.5	0.0	0.0	14.7
Чай с сахаром 200	200	5.00 руб.	60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 50	50	8.00 руб.	117.5	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный 40	40	6.00 руб.	72.4	2.6	0.5	13.6
Комплекс 2 Завтрак2	610	185.00 руб.	686.5	20.5	25.7	85.9
Салат из б/к капусты с морковью 100	100	40.00 руб.	136.0	0.0	10.1	9.6
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 70/30	100	87.00 руб.	173.2	11.5	8.9	11.7
Макаронные изделия отварные 180	180	48.00 руб.	246.8	6.6	6.5	34.8
Чай с сахаром 200	200	5.00 руб.	60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 30	30	5.00 руб.	70.5	2.3	0.2	14.8
Комплекс 3 Обед1	870	288.00 руб.	860.7	24.7	46	85.4
Салат из свежих помидор и огурцов 100	100	65.00 руб.	64.0	0.0	5.1	3.6
Рассольник Ленинградский 250	250	50.00 руб.	121.3	2.0	5.3	16.3
Кулеш из гречки со свиной 280	280	140.00 руб.	511.3	19.6	35.2	28.8
Компот из кураги 200	200	25.00 руб.	81.0	0.3	0.0	20.1
Хлеб пшеничный 20	20	4.00 руб.	47.0	1.5	0.2	9.8
Хлеб ржано-пшеничный 20	20	4.00 руб.	36.2	1.3	0.2	6.8
Полдник	350	85.00 руб.	273.0	8.2	13	82.8
Булочка Домашняя 100	100	40.00 руб.	155.0	7.5	13.0	60.3
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

14 Сентября 2026 г.

исключить рыбу

Льготное 7-11

Неделя №1

День №1

Понедельник

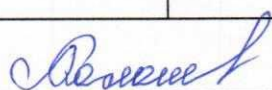
Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 3 Обед1	700	105.00 руб.	751.2	23	30.4	95.3
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Кулеш из гречки со свиной 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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

Гимназия 7 Сибирская

Заведующая столовой 

 Калашникова Л.А.

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена-Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Меню

Гимназия 7 Сибирская

14 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №1

Понедельник

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

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	543	91.40 руб.	477.4	10.9	7.7	83.5
Каша пшенная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
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.	519.1	18	20.7	78.8
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90		189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
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	700	91.40 руб.	763.2	23	30.4	95.3
Кулеш из гречки со свининой 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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

14 Сентября 2026 г.

Неделя №1

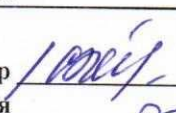
День №1

Понедельник

Льготное С 12 лет и старше

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	613	105.00 руб.	544.3	12.2	9.9	92
Каша пшенная молочная жидкая 200/5	203		283.6	7.8	9.5	35.8
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 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 20	20		36.2	1.3	0.2	6.8
Комплекс 2 Завтрак2	560	105.00 руб.	661.8	19.1	23.2	87.5
Салат из б/к капусты с морковью 30	30		40.8	0.0	3.0	2.9
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90		189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изделия отварные 180	180		246.8	6.6	6.5	34.8
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	800	105.00 руб.	872.0	27	36.6	107.6
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Кулеш из гречки со свиной 240	240		438.2	16.8	30.2	24.7
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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

14 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №1

Понедельник

Пищевые вещества, г.

Для учащихся с ОВЗ и ИНВ (5-11 класс) с 12 лет и старше.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак I	623	217.20 руб.	562.4	12.9	10.1	95.4
Каша пшениная молочная жидкая 200/5	203		283.6	7.8	9.5	35.8
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 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 30	30		54.3	2.0	0.4	10.2
Обед № 1	910	217.20 руб.	924.7	26	31.5	125.8
Салат из б/к капусты с морковью 100	100		136.0	0.0	10.1	9.6
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 70/30	100		173.2	11.5	8.9	11.7
Макаронные изделия отварные 180	180		246.8	6.6	6.5	34.8
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Обед № 2	890	217.20 руб.	902.3	26.2	46.2	93.8
Салат из свежих помидор и огурцов 100	100		64.0	0.0	5.1	3.6
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Кулеш из гречки со свиной 280	280		511.3	19.6	35.2	28.8
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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.	273.0	8.2	13	82.8
Булочка Домашняя 100	100		155.0	7.5	13.0	60.3
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.

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор  Даниленко Е.Е.**Меню**

Гимназия 7 Сибирская

14 Сентября 2026 г.

документов
№7

Неделя №1

День №1

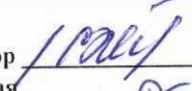
Понедельник

Пищевые вещества, г.

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

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	543	196.07 руб.	477.4	10.9	7.7	83.5
Каша пшенная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
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
Обед № 1	760	196.07 руб.	718.7	19.8	30.9	102.7
Салат из б/к капусты с морковью 60	60		81.6	0.0	6.0	5.8
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90		189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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	760	196.07 руб.	779.4	23	38	84.9
Салат из свежих помидоров и огурцов 60	60		38.4	0.0	3.0	2.1
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Кулеш из гречки со свининой 240	240		438.2	16.8	30.2	24.7
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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.	247.0	8.1	13	78.3
Булочка Домашняя 100	100		155.0	7.5	13.0	60.3
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.

Гимназия 7 Сибирская
14 Сентября 2026 г.

Меню

Неделя №1
День №1
Понедельник

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

Пищевые вещества, г.

Наименование блюда	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплект №1	595	105.00 руб.	548.3	12.9	10.1	92.5
Каша пшенная молочная жидкая 200/5	205		283.6	7.8	9.5	35.8
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
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
Комплект №2	820	105.00 руб.	830.9	24	25.9	119
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90		189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изделия отварные 180	180		246.8	6.6	6.5	34.8
Чай с сахаром 200	200		60.0	0.1	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
Комплект №3	800	105.00 руб.	872.0	27	36.6	107.6
Рассольник Ленинградский 250	250		121.3	2.0	5.3	16.3
Кулеш из гречки со свиной 240	240		438.2	16.8	30.2	24.7
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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

14 Сентября 2026 г.

Неделя №1

День №1

Понедельник

Льготное 7-11

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Комплекс 1 Завтрак1	573	105.00 руб.	491.5	10.9	7.7	86.4
Каша пшениная молочная жидкая 150/3	153		212.7	5.8	7.1	26.8
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 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	530	105.00 руб.	559.9	18	23.7	81.7
Салат из б/к капусты с морковью 30	30		40.8	0.0	3.0	2.9
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томат 60/30	90		189.4	8.1	13.1	9.8
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
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	700	105.00 руб.	751.2	23	30.4	95.3
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Кулеш из гречки со свининой 200	200		365.2	14.0	25.2	20.6
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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

МАОУ Гимназия №7 Сибирская
 14 сентября 2026 г.

Дополнительное меню

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
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
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
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
Филе куриное с сыром	100	150,00 руб.	231,0	13,8	2,0	25,0
Кулеш из гречки со свининой	200	100,00 руб.	380,2	14,8	27,6	29,3
Тефтели Ежики свинина/птица в соусе томатном 60/30	90	75,00 руб.	189,4	8,1	13,1	9,8
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	48,00 руб.	38,4	0,0	3,0	2,1
Салат из б/качанной капусты с морковью	60	24,00 руб.	69,0	1,4	4,2	6,2
Батончик Квинто	29	30,00 руб.	270,0	1,1	1,2	17,9
Мармелад фруктовый	30	30,00 руб.	103,0	1,5	0,3	8,9
Булочка домашняя	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

Согласовано

Калашникова Л.А.

Директор МАОУ Гимназия №7 Сибирская

Заведующий столовой

Баранова В.В.

ООО "Большая Перемена Иск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

Гимназия 7 Сибирская

14 Сентября 2020 г.

исключить рыбу

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

Неделя №1

День №1

Понедельник

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
Обед № 2	760	196.07 руб.	779.4	23	38	84.9
Салат из свежих помидоров и огурцов 60	60		38.4	0.0	3.0	2.1
Рассольник Ленинградский 200	200		97.0	1.6	4.2	13.0
Кулеш из гречки со свиной 240	240		438.2	16.8	30.2	24.7
Компот из кураги 200	200		81.0	0.3	0.0	20.1
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.	247.0	8.1	13	78.3
Булочка Домашняя 100	100		155.0	7.5	13.0	60.3
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.