

## Меню на 14.01.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
<b>1-4_1смена</b>								<b>Итого: 108,64</b>
-	Бутерброд с сыром 15/30	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	45	34,76
-	Каша Царская	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	250	62,96
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,22
<b>1-4_2смена</b>								<b>Итого: 162,95</b>
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	10,8	0,5	0,09	1,71	45	14,82
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	50,72
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,06
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,02
<b>1-4_обед</b>								<b>Итого: 127,79</b>
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	3,6	0,17	0,03	0,57	15	4,94
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,06
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Мандарин	Обед	100,8	1,58	1,23	22,05	105	27,62
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,92
<b>1-4_ОВЗ</b>								<b>Итого: 271,59</b>
-	Бутерброд с сыром 15/30	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	45	34,76
-	Каша Царская	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	250	62,96
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,22
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	10,8	0,5	0,09	1,71	45	14,82
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	50,72
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,06
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,02

<b>5-11_ОВЗ</b>								<b>Итого: 321,40</b>
-	Бутерброд с сыром 15/30	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	45	34,76
-	Каша Царская	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	250	62,96
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,17
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	14,4	0,66	0,12	2,28	60	19,75
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	50,72
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	275	106,74
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Батон с отрубями	Обед	123,15	3,64	0,36	25,8	55	4,41

<b>5-11_ОК-1_лг</b>								<b>Итого: 128,56</b>
-	Помидор свежий к гарниру	Ланч	6	0,27	0,05	0,95	25	8,23
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Ланч	310,41	14,65	14,57	31,33	275	106,74
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб ржаной	Ланч	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,15
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	1,74

<b>5-11_ОК-1_рс</b>								<b>Итого: 128,56</b>
-	Помидор свежий к гарниру	Ланч	6	0,27	0,05	0,95	25	8,23
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Ланч	310,41	14,65	14,57	31,33	275	106,74
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб ржаной	Ланч	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,15
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	1,74

<b>5-11_ОК-2_лг</b>								<b>Итого: 192,84</b>
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	14,4	0,66	0,12	2,28	60	19,75
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	50,72
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	275	106,74
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,84
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,33

<b>5-11_ОК-2_рс</b>								<b>Итого: 192,84</b>
---------------------	--	--	--	--	--	--	--	----------------------

-	Помидор свежий к гарниру	Обед	14,4	0,66	0,12	2,28	60	19,75
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	50,72
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	275	106,74
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,84
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,33

**5-11\_СНС**
**Итого: 70,00**

-	Борщ с мясом сметаной 250/5/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	265	22,48
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,40
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Слойка с клубникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,66

**без\_глутена\_1-4\_1смена**
**Итого: 108,64**

-	Бутерброд с сыром на хлебце 10/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	30	33,35
-	Каша Царская	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	250	62,96
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлебце	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	2,63

**без\_глутена\_1-4\_2смена**
**Итого: 162,95**

-	Помидор свежий к гарниру	Обед	10,8	0,5	0,09	1,71	45	14,82
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	50,72
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,06
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлебце	Обед	82,04	2,5	1,09	14,69	10	6,89

**без\_лактозы\_1-4\_1смена**
**Итого: 108,64**

-	Каша Царская	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	250	62,96
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	112,29	3,48	0,27	23,96	55	4,43
-	Мандарин	Завтрак	115,2	1,8	1,4	25,2	120	31,55

**без\_лактозы\_1-4\_2смена**
**Итого: 162,95**

-	Помидор свежий к гарниру	Обед	12	0,55	0,1	1,9	50	16,47
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	50,72
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,06

-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46	
-	Батон с отрубями	Обед	201,51	3,6	1,57	21,15	45	5,24	
<b>Завтрак/полдник</b>							<b>Итого: 40,00</b>		
-	Слойка с клубникой	Завтрак	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,66	
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	5,34	

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.01.2025 09:27:13	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	13.01.2025 09:47:28	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
<b>ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"</b>			<b>МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"</b>

#### Меню на 14.01.2025

##### СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
<b>Закуски</b>								
-	Салат из свеклы с сыром	Нет	0	0	0	0	100	29,91
-	Салат мясной	Нет	0	0	0	0	100	27,43
<b>Супы</b>								
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Нет	263,15	14,05	13,7	13,42	290	50,72
<b>Гарниры</b>								
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	205,1	7,89	2,07	34,51	180	15,60
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	16,41
<b>Блюда из мяса</b>								
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Нет	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,06
-	Каша Царская	Нет	160	7,5	12,3	10,57	250	62,96
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,83
<b>Блюда из птицы</b>								
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	94,20
<b>Напитки</b>								
-	Напиток из шиповника	Нет	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Компот из яблок с сухофруктами	Нет	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Чай с сахаром	Нет	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
<b>Мучные изделия</b>								
-	Слойка с клубникой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,66
-	Язычек слоеный	Нет	420,91	5,29	18,36	58,63	50	33,46
-	Слойка с ежевикой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,05

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

<b>Организация</b>	<b>ФИО</b>	<b>Дата и время подписи</b>	<b>Отпечаток сертификата электронной подписи</b>
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.01.2025 09:27:13	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	13.01.2025 09:47:28	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5