

## Меню на 16.01.2025

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>
-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	63,84
-	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,49
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,60
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
<b>1-4_2смена</b>								<b>Итого: 162,95</b>
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	67,84
-	Макаронные отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	18,43
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	10,48
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,45
-	Сдоба "Коричная"	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80
<b>1-4_обед</b>								<b>Итого: 127,79</b>
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	6	0,27	0,05	0,95	25	8,23
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	67,84
-	Макаронные отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	18,43
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,70
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,80
<b>1-4_ОВЗ</b>								<b>Итого: 271,59</b>
-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	63,84
-	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,49
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,60

-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
-	Суп-пюре из овощей с грёнками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	67,84
-	Макаронны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	18,43
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	10,48
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,48
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,76
-	Сдоба "Коричная"	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80

**5-11\_ОВЗ**
**Итого: 321,40**

-	Омлет натуральный с маслом сл 200/5	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	205	81,63
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,28
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,00
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,87
-	Суп-пюре из овощей с грёнками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	67,84
-	Макаронны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	22,12
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	10,48
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,10
-	Сдоба "Коричная"	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80

**5-11\_ОК-1\_лг**
**Итого: 128,56**

-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	67,84
-	Макаронны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	22,12
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,17
-	Сдоба "Коричная"	Ланч	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80

**5-11\_ОК-1\_рс**
**Итого: 128,56**

-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	67,84
-	Макаронны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	22,12
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,17
-	Сдоба "Коричная"	Ланч	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80

<b>5-11 ОК-2_лг</b>								<b>Итого: 192,84</b>
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,87
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	67,84
-	Макаронны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	22,12
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	10,48
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,70
-	Сдоба "Коричная"	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80

<b>5-11 ОК-2_рс</b>								<b>Итого: 192,84</b>
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,87
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	67,84
-	Макаронны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	22,12
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	10,48
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,70
-	Сдоба "Коричная"	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80

<b>5-11_СНС</b>								<b>Итого: 70,00</b>
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,28
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,76
-	Сдоба "Коричная"	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80

<b>без глютена_1-4_1смена</b>								<b>Итого: 108,64</b>
-	Бутерброд с сыром на хлебце 10/35	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	45	45,26
-	Омлет натуральный	Завтрак	211,23	14,59	15,9	16,74	150	54,52
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,28
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	2,58

<b>без глютена_1-4_2смена</b>								<b>Итого: 162,95</b>
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
-	Филе птицы отварное соус томатный	Обед	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,55
-	Овощи припущенные	Обед	126,9	2,65	4,43	12,6	150	22,12
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	10,48

-	Хлебец	Обед	41,02	1,25	0,54	7,34	5	3,12
-	Мандарин	Обед	144	2,25	1,76	31,5	150	39,44
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08

**без\_лактозы\_1-4\_1смена**

**Итого: 108,64**

-	Помидор свежий к гарниру	Завтрак	8,4	0,39	0,07	1,33	35	11,52
-	Филе птицы отварное соус томатный	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,55
-	Капуста тушеная.	Завтрак	110,4	2,5	3,98	14,61	150	28,22
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,47
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,17
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08

**без\_лактозы\_1-4\_2смена**

**Итого: 162,95**

-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,87
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/10	Обед	164,85	4,71	5,13	22,97	260	25,54
-	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	52,28
-	Макароны отварные с овощами м.р.	Обед	214,57	6	6,6	31,8	150	10,02
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	10,48
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,68
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	1,90
-	Мандарин	Обед	124,8	1,95	1,52	27,3	130	34,18

**Завтрак/полдник**

**Итого: 40,00**

-	Язычек слоеный	Завтрак	420,91	5,29	18,36	58,63	50	33,46
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,54

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	14.01.2025 15:58:47	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	14.01.2025 15:59:12	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
<b>ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"</b>			<b>МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"</b>

**Меню на 16.01.2025**

**СВОБОДНЫЙ ВЫБОР**

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	36,20

**Закуски**

-	Салат мясной	Нет	0	0	0	0	100	31,98
<b>Супы</b>								
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Нет	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,16
<b>Гарниры</b>								
-	Рис припущенный с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	23,46
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	205,1	7,89	2,07	34,51	180	15,60
-	Макароны отварные с овощами	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	22,12
<b>Блюда из мяса</b>								
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Биточек мясной с отрубями	Нет	216	10,6	12,4	12,9	100	52,28
-	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>								
-	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	0	20,98	200	10,48
-	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
-	Слойка с брусникой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,05
-	Сдоба "Коричная"	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	14.01.2025 15:58:47	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	14.01.2025 15:59:12	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5