

## Меню на 09.01.2025

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>
-	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	0	0	0	0	210	34,01
-	Запеканка творожная со сгущ. молоком 80/30	Завтрак	0	0	0	0	110	69,18
-	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	2,82
<b>1-4_2смена</b>								<b>Итого: 162,95</b>
-	Огурец свежий	Обед	3,81	0,16	0,03	0,56	15	4,94
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	26,00
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	358,32	19,76	21,81	39,2	150	74,93
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	19,51
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Мандарин	Обед	76,8	1,2	0,94	16,8	80	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Батон с отрубями	Обед	134,34	2,4	1,04	14,1	30	3,26
<b>1-4_обед</b>								<b>Итого: 127,79</b>
-	Огурец свежий	Обед	3,81	0,16	0,03	0,56	15	4,94
-	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/	Обед	0	0	0	0	210	13,02
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	358,32	19,76	21,81	39,2	150	74,93
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	19,51
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	1,6	0,7	9,4	20	1,99
<b>1-4_ОВЗ</b>								<b>Итого: 271,59</b>
-	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	0	0	0	0	210	34,01
-	Запеканка творожная со сгущ. молоком 80/30	Завтрак	0	0	0	0	110	69,18
-	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	2,82

-	Огурец свежий	Обед	3,81	0,16	0,03	0,56	15	4,94
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	26,00
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	358,32	19,76	21,81	39,2	150	74,93
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	19,51
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Батон с отрубями	Обед	134,34	2,4	1,04	14,1	30	3,26

**5-11\_ОВЗ**
**Итого: 321,40**

-	Каша пшеничная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	0	0	0	0	210	34,01
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 100/35	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	135	85,37
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,50
-	Огурец свежий	Обед	8,89	0,37	0,07	1,31	35	11,52
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	49,17
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	358,32	19,76	21,81	39,2	150	74,93
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	23,42
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	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	3,54

**5-11 ОК-1\_лг**
**Итого: 128,56**

-	Мясо птицы по-строгановски	Ланч	358,32	19,76	21,81	39,2	150	74,93
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Ланч	218,2	5,17	9,36	36,9	180	23,42
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Яблоко	Ланч	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Ланч	58,02	1,98	0,36	10,02	30	1,90
-	Батон с отрубями	Ланч	179,12	3,2	1,39	18,8	40	4,77

**5-11 ОК-1\_рс**
**Итого: 128,56**

-	Мясо птицы по-строгановски	Ланч	358,32	19,76	21,81	39,2	150	74,93
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Ланч	218,2	5,17	9,36	36,9	180	23,42

-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Яблоко	Ланч	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Ланч	58,02	1,98	0,36	10,02	30	1,90
-	Батон с отрубями	Ланч	179,12	3,2	1,39	18,8	40	4,77

**5-11 ОК-2\_лг** **Итого: 192,84**

-	Огурец свежий	Обед	5,08	0,21	0,04	0,75	20	6,58
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	49,17
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	358,32	19,76	21,81	39,2	150	74,93
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	23,42
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,51
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,71

**5-11 ОК-2\_рс** **Итого: 192,84**

-	Огурец свежий	Обед	5,08	0,21	0,04	0,75	20	6,58
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	49,17
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	358,32	19,76	21,81	39,2	150	74,93
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	23,42
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,51
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,71

**5-11\_СНС** **Итого: 70,00**

-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/5/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	265	21,34
-	Слойка с брусничкой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,05
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61

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

-	Каша пшеничная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	0	0	0	0	210	34,01
-	Запеканка творожная со сгущ. молоком 80/30	Завтрак	0	0	0	0	110	69,18
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлебец	Завтрак	24,61	0,75	0,33	4,41	3	2,82

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

-	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/	Обед	0	0	0	0	210	14,44
-	Филе куриное отварное	Обед	0	0	0	0	100	92,89
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	19,51
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Хлебец	Обед	32,82	1	0,44	5,88	4	3,59
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91

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

-	Каша пшеница б/м с маслом раст.	Завтрак	0	0	0	0	210	19,50
-	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	17,58
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,16
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Пицца с филе кур.	Завтрак	0	0	0	0	100	45,86

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

-	Огурец свежий	Обед	3,81	0,16	0,03	0,56	15	4,94
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	26,00
-	Филе куриное отварное	Обед	0	0	0	0	100	92,89
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	19,51
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Батон с отрубями	Обед	201,51	3,6	1,57	21,15	45	5,18
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,82

**Завтрак/полдник**
**Итого: 40,00**

-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,34
-	Слойка с клубникой	Завтрак	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,66

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	09.01.2025 15:58:25	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.01.2025 14:38:54	19587161CEAE85A9CDF05C4E1AAA9DF24CF31C46