

Меню на 30.01.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	65,66
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,60
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	70,16
-	Макароны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	21,32
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	21,19
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,43
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,61
-	Булочка "Русский бисквит"	Обед	230,29	9,75	7,21	31,62	35	20,44
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Зеленый горошек (подгарнировка)	Обед	2,81	0,14	0,02	0,44	15	3,59
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	70,16
-	Макароны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	21,32
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,44
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,43
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	65,66
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,60
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80

-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	70,16
-	Макаронны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	21,32
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	21,19
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,61
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,43
-	Булочка "Русский бисквит"	Обед	230,29	9,75	7,21	31,62	35	20,44

5-11_ОВЗ
Итого: 321,40

-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	65,66
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,17
-	Зеленый горошек (поджаривание)	Обед	6,55	0,34	0,04	1,04	35	8,37
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	103,24
-	Макаронны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	25,57
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	21,19
-	Хлеб ржаной	Обед	116,04	3,96	0,72	20,04	60	4,08
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,50
-	Булочка "Русский бисквит"	Обед	230,29	9,75	7,21	31,62	35	20,44

5-11_ОК-1_лр
Итого: 128,56

-	Зеленый горошек (поджаривание)	Ланч	3,74	0,19	0,02	0,59	20	4,78
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	70,16
-	Макаронны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	25,57
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Ланч	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,41
-	Хлеб ржаной	Ланч	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,15
-	Булочка "Русский бисквит"	Ланч	230,29	9,75	7,21	31,62	35	20,44

5-11_ОК-1_рс
Итого: 128,56

-	Зеленый горошек (поджаривание)	Ланч	3,74	0,19	0,02	0,59	20	4,78
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	70,16

-	Макароны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	25,57
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Ланч	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,41
-	Хлеб ржаной	Ланч	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,15
-	Булочка "Русский бисквит"	Ланч	230,29	9,75	7,21	31,62	35	20,44

5-11 ОК-2_лг
Итого: 192,84

-	Зеленый горошек (подгарнировка)	Обед	11,23	0,58	0,07	1,78	60	14,34
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	70,16
-	Макароны отварные с овощами	Обед	288	8	8,8	42,4	200	28,41
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,37
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,00
-	Булочка "Русский бисквит"	Обед	230,29	9,75	7,21	31,62	35	20,44

5-11 ОК-2_рс
Итого: 192,84

-	Зеленый горошек (подгарнировка)	Обед	11,23	0,58	0,07	1,78	60	14,34
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	70,16
-	Макароны отварные с овощами	Обед	288	8	8,8	42,4	200	28,41
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,37
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,00
-	Булочка "Русский бисквит"	Обед	230,29	9,75	7,21	31,62	35	20,44

5-11_СНС
Итого: 70,00

-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	21,19
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,57
-	Булочка "Русский бисквит"	Обед	230,29	9,75	7,21	31,62	35	20,44

без глютена_1-4_1смена
Итого: 108,64

-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
---	-------------	---------	------	------	---	-------	-----	-------

-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	65,66
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлебец	Завтрак	65,63	2	0,87	11,75	8	3,60

без глютена 1-4_2смена **Итого: 162,95**

-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
-	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	2,25
-	Мандарин	Обед	124,8	1,95	1,52	27,3	130	34,18
-	Яблоко	Обед	28,95	0,62	0,62	15,19	155	25,57

без лактозы 1-4_1смена **Итого: 108,64**

-	Филе птицы отварное соус томатный	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,55
-	Капуста тушеная.	Завтрак	132,48	3	4,78	17,53	180	33,85
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,65
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,61
-	Яблоко	Завтрак	28,95	0,62	0,62	15,19	155	25,93

без лактозы 1-4_2смена **Итого: 162,95**

-	Зеленый горошек (подгарнировка)	Обед	4,68	0,24	0,03	0,74	25	5,98
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
-	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	52,28
-	Макаронные отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	18,60
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	21,19
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,09
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,15
-	Мандарин	Обед	120	1,88	1,46	26,25	125	32,86

Завтрак/полдник **Итого: 40,00**

-	Язычек слоеный	Завтрак	67,5	2,9	9,9	23,4	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	29.01.2025 15:38:47	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	29.01.2025 16:52:11	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 30.01.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Закуски								
-	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	0	0	0	0	100	34,60
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	48,44
Супы								
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Нет	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,80
Гарниры								
-	Рис припущенный с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,20
-	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	22,85
Блюда из мяса								
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,90
-	Биточек мясной с отрубями	Нет	216	10,6	12,4	12,9	100	52,30
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,96
Блюда из птицы								
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	102,26
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	70,16
Напитки								
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Чай с сахаром	Нет	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	0	20,98	200	21,19
Мучные изделия								
-	Слойка с клубникой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,66
-	Сдоба "Коричная"	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80
-	Слойка с брусникой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,05
-	Слойка с ежевикой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,05
-	Язычек слоеный	Нет	67,5	2,9	9,9	23,4	50	33,46

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	29.01.2025 15:38:47	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	29.01.2025 16:52:11	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5