

## Меню на 28.01.2025

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 15/20	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	24,98
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,96
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	14,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	10,02	30	1,96
<b>1-4_2смена</b>								<b>Итого: 162,95</b>
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,43
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,31
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,54
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,15
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,58
<b>1-4_обед</b>								<b>Итого: 127,79</b>
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/15/5	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	270	35,17
-	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	9,54
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,02
<b>1-4_ОВЗ</b>								<b>Итого: 271,59</b>
-	Бутерброд с сыром 15/20	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	24,98
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,96
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	14,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	10,02	30	1,96
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,43
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,31

-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,54
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,15
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,58

**5-11\_ОВЗ**
**Итого: 321,40**

-	Бутерброд с сыром 15/20	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	24,98
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,96
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	17,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	19,43
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,43
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	275	107,04
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	2,75
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,75

**5-11\_ОК-1\_лг**
**Итого: 128,56**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Ланч	310,41	14,65	14,57	31,33	275	107,04
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Ланч	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,02

**5-11\_ОК-1\_рс**
**Итого: 128,56**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Ланч	310,41	14,65	14,57	31,33	275	107,04
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Ланч	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,02

**5-11\_ОК-2\_лг**
**Итого: 192,84**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,43
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	275	107,04
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,54

-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,73	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,00	
<b>5-11 ОК-2_рс</b>							<b>Итого: 192,84</b>		
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10	
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,43	
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	275	107,04	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,54	
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,73	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,00	
<b>5-11 СНС</b>							<b>Итого: 70,00</b>		
-	Борщ с мясом сметаной 250/5/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	265	25,80	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,54	
-	Слойка с клубникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,66	
<b>без_глутена_1-4_1смена</b>							<b>Итого: 108,64</b>		
-	Бутерброд с сыром на хлебце 10/35	Завтрак	95,91	5,52	4,59	7,79	30	33,35	
-	Каша Царская	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	250	63,19	
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76	
-	Хлебце	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	2,34	
<b>без_глутена_1-4_2смена</b>							<b>Итого: 162,95</b>		
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94	
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	54,74	
-	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	9,54	
-	Хлебце	Обед	57,43	1,75	0,76	10,28	7	4,67	
<b>без_лактозы_1-4_1смена</b>							<b>Итого: 108,64</b>		
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,96	
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	7,99	
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76	
-	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	3,70	
-	Мандарин	Завтрак	110,4	1,73	1,35	24,15	115	30,23	
<b>без_лактозы_1-4_2смена</b>							<b>Итого: 162,95</b>		
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94	

-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,43
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	81,31
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,54
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,73
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,00

**Завтрак/полдник** **Итого: 40,00**

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

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	25.01.2025 13:42:06	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	25.01.2025 21:27:12	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
<b>ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"</b>			<b>МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"</b>

**Меню на 28.01.2025**

**СВОБОДНЫЙ ВЫБОР**

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
<b>Закуски</b>								
-	Сельдь "под шубой"	Нет	0	0	0	0	100	29,28
-	Салат из б/к капусты с кальмарами	Нет	91,56	1,61	5,96	8,91	100	38,89
-	Салат из свеклы с сыром	Нет	0	0	0	0	100	35,94
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	48,44
<b>Супы</b>								
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,43
<b>Гарниры</b>								
-	Капуста цветная припущенная	Нет	0	0	0	0	150	55,53
-	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	40,45
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	205,1	7,89	2,07	34,51	180	17,98
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Капуста тушеная с мясом (Бигус)	Нет	413,68	12,98	15,4	50,78	200	81,66
<b>Блюда из рыбы</b>								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	80	83,38
<b>Блюда из мяса</b>								

-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Нет	310,41	14,65	14,57	31,33	275	107,04
-	Бифштекс рубл."Школьный" масло	Нет	0	0	0	0	60	62,35
-	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	103,71
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,52
-	Голень кур запеченая	Нет	0	0	0	0	120	67,53

#### Напитки

-	Напиток из шиповника	Нет	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Компот из вишни	Нет	84,62	0,18	0	20,98	200	23,38
-	Чай с сахаром	Нет	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Компот из яблок с сухофруктами	Нет	69	0,1	0	16,1	200	9,54

#### Мучные изделия

-	Слойка с клубникой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,66
-	Коржик молочный	Нет	0	0	0	0	80	36,00
-	Сдоба "Коричная"	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80
-	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	25.01.2025 13:42:06	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	25.01.2025 21:27:12	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5