

Меню на 29.01.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Котлета куриная с отрубями	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,34
-	Кукуруза (подгарнировка)	Завтрак	9,36	0,44	0,07	1,3	20	6,58
-	Макароньы отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	13,69
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,32
-	Мандарин	Завтрак	86,4	1,35	1,05	18,9	90	23,66
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Кукуруза (подгарнировка)	Обед	14,04	0,66	0,11	1,96	30	9,87
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	37,59
-	250/15/1							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	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	3,33
-	Мандарин	Обед	86,4	1,35	1,05	18,9	90	24,90
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Кукуруза (подгарнировка)	Обед	11,7	0,55	0,09	1,63	25	8,22
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	280	42,70
-	250/20/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	1,81
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Котлета куриная с отрубями	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,34
-	Кукуруза (подгарнировка)	Завтрак	14,04	0,66	0,11	1,96	30	9,87
-	Макароньы отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	13,69
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,32
-	Мандарин	Завтрак	86,4	1,35	1,05	18,9	90	23,66
-	Зеленый горошек (подгарнировка)	Обед	4,68	0,24	0,03	0,74	25	5,98

-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	37,59
	250/15/1							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,63
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,33
-	Мандарин	Обед	86,4	1,35	1,05	18,9	90	23,66

5-11_ОВЗ
Итого: 321,40

-	Котлета куриная с отрубями	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,34
-	Кукуруза (подгарнировка)	Завтрак	31,2	1,6	0,02	4,93	50	17,23
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	112,29	3,48	0,27	23,96	55	4,59
-	Мандарин	Завтрак	86,4	1,35	1,05	18,9	90	23,66
-	Зеленый горошек (подгарнировка)	Обед	6,55	0,34	0,04	1,04	35	8,37
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	290	54,29
	250/30/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	122,5	3,8	0,3	26,14	60	4,69
-	Мандарин	Обед	172,8	2,7	2,11	37,8	180	47,32

5-11_ОК-1_лг
Итого: 128,56

-	Бутерброд с маслом сыром 25/10/25	Ланч	217,32	9,04	14,65	11,81	60	50,29
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Ланч	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Ланч	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,21

5-11_ОК-1_рс
Итого: 128,56

-	Бутерброд с маслом сыром 25/10/25	Ланч	217,32	9,04	14,65	11,81	60	50,29
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Ланч	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Ланч	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,21

5-11_ОК-2_лг
Итого: 192,84

-	Кукуруза (подгарнировка)	Обед	9,36	0,48	0,01	1,48	15	5,16
---	--------------------------	------	------	------	------	------	----	------

-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	48,49
	250/25/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,23
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,17
-	Мандарин	Обед	172,8	2,7	2,11	37,8	180	47,32

5-11 ОК-2_рс

Итого: 192,84

-	Кукуруза (подгарнировка)	Обед	9,36	0,48	0,01	1,48	15	5,16
	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	48,49
	250/25/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,23
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,17
-	Мандарин	Обед	172,8	2,7	2,11	37,8	180	47,32

5-11_СНС

Итого: 70,00

-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	270	31,79
	250/10/10							
-	Круассан с вишней	Обед	321,85	9,29	6,57	54,52	70	23,30
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,45

без глютена_1-4_1смена

Итого: 108,64

-	Кукуруза (подгарнировка)	Завтрак	9,36	0,44	0,07	1,3	20	6,58
-	Филе птицы отварное соус томатный	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,55
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Овощи припущенные	Завтрак	126,9	2,65	4,43	12,6	150	22,12
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлебец	Завтрак	41,02	1,25	0,54	7,34	5	1,98
-	Мандарин	Завтрак	86,4	1,35	1,05	18,9	90	23,66

без глютена_1-4_2смена

Итого: 162,95

-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	48,49
	250/25/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46

-	Хлебец	Обед	73,83	2,25	0,98	13,22	9	4,01
-	Мандарин	Обед	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
без_лактозы_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Кукуруза (подгарнировка)	Завтрак	11,7	0,55	0,09	1,63	25	8,22
-	Котлета куриная с отрубями	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	59,92
-	Макароны отварные с м.р.	Завтрак	178,43	5,3	5,46	33,21	180	9,91
-	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	3,88
-	Мандарин	Завтрак	86,4	1,35	1,05	18,9	90	23,66
без_лактозы_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Кукуруза (подгарнировка)	Обед	16,38	0,77	0,13	2,28	35	11,52
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	37,59
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,27
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,44
-	Мандарин	Обед	86,4	1,35	1,05	18,9	90	23,66
Завтрак/полдник								Итого: 40,00
-	Слойка с клубникой	Завтрак	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,20

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	27.01.2025 16:51:41	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	27.01.2025 12:23:13	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 29.01.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	48,44
-	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	0	0	0	0	100	34,60
-	Сельдь с картофелем 30/70/5	Нет	0	0	0	0	105	28,73

-	Салат из капусты с кальмарами	Нет	0	0	0	0	100	38,90
Супы								
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/25/10	Нет	170,2	4,2	8,9	20,1	285	48,49
Гарниры								
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	16,41
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	17,98
-	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	40,45
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	80	81,98
Блюда из мяса								
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,01
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,96
-	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	80,75
Блюда из птицы								
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	102,26
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,49
-	Голень кур запеченая	Нет	0	0	0	0	120	67,53
Напитки								
-	Чай с сахаром пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,59
-	Компот из вишни	Нет	84,62	0,18	0	20,98	200	23,46
-	Компот из кураги и изюма	Нет	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
Мучные изделия								
-	Коржик молочный	Нет	0	0	0	0	80	36,00
-	Слойка с клубникой	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
Кондитерские изделия								
-	Круассан с вишней	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	70	23,30

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	27.01.2025 16:51:41	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	27.01.2025 12:23:13	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D