

## Меню на 22.01.2025

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>
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10
-	Плов из мяса птицы с куркумой	Завтрак	318,85	15,06	18,06	39,7	200	66,64
-	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	2,52
-	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
<b>1-4_2смена</b>								<b>Итого: 162,95</b>
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/10/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	265	30,05
-	Чиполлетти из мяса	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	245,82	8,55	7,95	34,99	150	28,17
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,67
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
<b>1-4_обед</b>								<b>Итого: 127,79</b>
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/10/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	265	30,05
-	Чиполлетти из мяса	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	33,81
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,68
<b>1-4_ОВЗ</b>								<b>Итого: 271,59</b>
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10
-	Плов из мяса птицы с куркумой	Завтрак	318,85	15,06	18,06	39,7	200	66,64
-	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	2,52

-	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/10/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	265	30,05
-	Чиполлетти из мяса	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	245,82	8,55	7,95	34,99	150	28,17
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,46
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29

**5-11\_ОВЗ**
**Итого: 321,40**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,59
-	Плов из филе кур 250	Завтрак	358,81	18,82	22,57	49,62	250	77,96
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,00
-	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	55,32
-	Чиполлетти из мяса	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	33,81
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,00
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,17
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29

**5-11\_ОК-1\_лг**
**Итого: 128,56**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10
-	Чиполлетти из мяса	Ланч	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Ланч	294,98	10,26	9,54	41,99	180	33,81
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,48
-	Яблоко	Ланч	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75

**5-11\_ОК-1\_рс**
**Итого: 128,56**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10
-	Чиполлетти из мяса	Ланч	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Ланч	294,98	10,26	9,54	41,99	180	33,81
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,48
-	Яблоко	Ланч	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75

**5-11 ОК-2\_лг**
**Итого: 192,84**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	55,32
-	Чиполлетти из мяса	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	33,81
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,59
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,18
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75

**5-11 ОК-2\_рс**
**Итого: 192,84**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	55,32
-	Чиполлетти из мяса	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	33,81
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,59
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,18
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75

**5-11\_СНС**
**Итого: 70,00**

-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/10/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	265	30,17
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Слойка с брусникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,20

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

-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	16,78
-	Плов из филе кур 250	Завтрак	358,81	18,82	22,57	49,62	250	77,96
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	2,64

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

-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,87
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	55,32
-	Тефтели "Ежики"	Обед	220	10,31	16,91	14,53	100	53,66
-	Горошница с морковью	Обед	163,5	9,15	5,55	22,65	150	14,27
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлебец	Обед	57,43	1,75	0,76	10,28	7	4,37

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

-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,59
-	Плов из филе кур 250	Завтрак	358,81	18,82	22,57	49,62	250	77,96
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Батон с отрубями	Завтрак	134,34	3,97	0,4	28,14	60	4,79
-	Яблоко	Завтрак	1,87	0,04	0,04	0,98	10	1,67

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

-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	55,32
-	Чиполлетти из мяса	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Макароны отварные с м.р.	Обед	220,73	6,36	3,58	39,86	150	5,95
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,46
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,51
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29

**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
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	21.01.2025 18:57:50	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	21.01.2025 15:29:45	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
<b>ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"</b>			<b>МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"</b>

### Меню на 22.01.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
<b>Закуски</b>								
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	48,44
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	44,25
-	Салат "Аппетитный"	Нет	0	0	0	0	100	16,53
<b>Супы</b>								
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Нет	237,55	9,28	12,92	36,54	290	55,32
<b>Гарниры</b>								
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	16,41
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	205,1	7,89	2,07	34,51	180	15,60
-	Рис припущенный с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	23,46
-	Горошница с морковью	Нет	196,2	10,98	6,66	27,18	180	17,12
<b>Блюда из рыбы</b>								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	80	81,98
<b>Блюда из мяса</b>								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,83
-	Чиполлетти из мяса	Нет	216,17	10,89	11,57	9,74	100	51,79
-	Плов из филе кур 250	Нет	358,81	18,82	22,57	49,62	250	77,96
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	56,22
<b>Блюда из птицы</b>								
-	Котлета куриная с отрубями	Нет	190	12	13,13	9,2	100	60,29
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	102,26
-	Шашлык из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,49
-	Голень кур запеченая	Нет	0	0	0	0	120	67,53
<b>Напитки</b>								
-	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	0	20,98	200	16,96
-	Компот из яблок с сухофруктами	Нет	69	0,1	0	16,1	200	9,46

-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
---	--------------------	-----	-------	---	-----	------	-----	-------

**Мучные изделия**

-	Слойка с персиком	Нет	0	0	0	0	70	35,85
-	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

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	21.01.2025 18:57:50	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	21.01.2025 15:29:45	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D