

Меню на 21.01.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Бутерброд с сыром 15/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	40	27,88
-	Котлета "Детская"	Завтрак	237	15,6	16	14,4	100	55,99
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	13,69
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,38
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с капустой и картофелем, мясом со сметаной 25	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	44,62
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Обед	198	13,69	11,7	15,79	100	55,60
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	29,87
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	16,96
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,38
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,58
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Борщ с мясом со сметаной 250/10/5	Обед	197,2	7,92	15,01	16,23	265	29,39
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Обед	198	13,69	11,7	15,79	100	55,60
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	29,87
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	1,85
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,38
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Бутерброд с сыром 15/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	40	27,88
-	Котлета "Детская"	Завтрак	237	15,6	16	14,4	100	55,99
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	13,69
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,38
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с капустой и картофелем, мясом со сметаной 25	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	44,62

-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Обед	198	13,69	11,7	15,79	100	55,60
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	29,87
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	16,96
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,38
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,58

5-11_ОВЗ
Итого: 321,40

-	Бутерброд с сыром 15/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	40	27,88
-	Котлета "Детская" с маслом сл	Завтрак	237	15,6	16	14,4	105	65,31
-	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	16,41
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,00
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	19,42
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	48,02
-	Суфле "Рыбка"	Обед	198	13,69	11,7	15,79	100	70,91
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	35,84
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	16,96
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,08

5-11_ОК-1_лг
Итого: 128,56

-	Бутерброд с сыром 15/20	Ланч	108,57	5,6	4,15	11,68	35	22,47
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Ланч	198	13,69	11,7	15,79	100	55,60
-	Пюре картофельное	Ланч	159,1	3,72	4,39	24,44	180	35,84
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,38
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,57

5-11_ОК-1_рс
Итого: 128,56

-	Бутерброд с сыром 15/20	Ланч	108,57	5,6	4,15	11,68	35	22,47
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Ланч	198	13,69	11,7	15,79	100	55,60
-	Пюре картофельное	Ланч	159,1	3,72	4,39	24,44	180	35,84
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,38
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,57

5-11_ОК-2_лг
Итого: 192,84

-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,57
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	48,02
-	Суфле "Рыбка"	Обед	198	13,69	11,7	15,79	100	70,91

-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	35,84
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	3,93

5-11 ОК-2_рс
Итого: 192,84

-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,57
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	48,02
-	Суфле "Рыбка"	Обед	198	13,69	11,7	15,79	100	70,91
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	35,84
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	3,93

5-11_СНС
Итого: 70,00

-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/15	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	278	30,14
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,14
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	30,63	0,95	0,08	6,54	15	1,26
-	Язычек слоеный	Обед	420,91	5,29	18,36	58,63	50	33,46

без глютена 1-4_1смена
Итого: 108,64

-	Бутербро с сыром на хлебце 4/10	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	14	10,82
-	Котлета "Аленушкина загадка"	Завтрак	234	12,07	10,07	24,76	100	57,50
-	Капуста тушеная.	Завтрак	110,4	2,5	3,98	14,61	150	28,55
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Хлебец	Завтрак	24,61	0,75	0,33	4,41	3	2,07

без глютена 1-4_2смена
Итого: 162,95

-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с капустой и картофелем, мясом со сметаной 25	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	44,62
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Обед	198	13,69	11,7	15,79	100	55,60
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	29,87
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	16,96
-	Хлебец	Обед	32,82	1	0,44	5,88	4	2,96

без лактозы 1-4_1смена
Итого: 108,64

-	Котлета "Детская"	Завтрак	237	15,6	16	14,4	100	55,99
-	Макаронны отварные с м.р.	Завтрак	220,73	6,36	3,58	39,86	150	5,95

-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,14
-	Мандарин	Завтрак	120	1,88	1,46	26,25	125	32,86

без_лактозы_1-4_2смена

Итого: 162,95

-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с капустой и картофелем, мясом со сметаной 25	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	44,62
-	Рыба припущенная	Обед	113,76	17,83	5,92	7,38	100	63,45
-	Картофель отварной с м.р.	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	21,84
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	0	20,98	200	16,96
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,14

Завтрак/полдник

Итого: 40,00

-	Слойка с брусникой	Завтрак	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,05
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,95

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	20.01.2025 13:05:52	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	20.01.2025 12:38:29	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 21.01.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Закуски								
-	Салат "Аппетитный"	Нет	0	0	0	0	100	16,53
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	44,25
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	48,44
Супы								
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	285	48,02
Гарниры								
-	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,72	4,39	24,44	180	35,84
-	Рис припущенный с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	23,46
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	205,1	7,89	2,07	34,51	180	15,60
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	16,41
Блюда из рыбы								
-	Суфле "Рыбка"	Нет	198	13,69	11,7	15,79	100	70,91

-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	100	102,46
Блюда из мяса								
-	Котлета "Детская"	Нет	237	15,6	16	14,4	100	55,99
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	56,22
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	71,11
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,83
Блюда из птицы								
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,49
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	102,26
-	Котлета куриная с отрубями	Нет	190	12	13,13	9,2	100	60,29
Напитки								
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	0	20,98	200	16,96
-	Напиток из шиповника	Нет	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,70
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 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	420,91	5,29	18,36	58,63	50	33,46
-	Слойка с клубникой	Нет	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	20.01.2025 13:05:52	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	20.01.2025 12:38:29	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D