

Меню на 15.01.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Огурец свежий	Завтрак	3,81	0,16	0,03	0,56	15	4,94
-	Котлета куриная с отрубями	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,29
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	13,69
-	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	2,11
-	Мандарин	Завтрак	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Огурец свежий	Обед	3,81	0,16	0,03	0,56	15	4,94
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	44,10
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,59
-	Мандарин	Обед	91,2	1,43	1,11	19,95	95	26,29
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Бутерброд с маслом сыром 30/10/30	Обед	364,04	8,72	15,82	23,62	70	52,76
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,55
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Огурец свежий	Завтрак	3,81	0,16	0,03	0,56	15	4,94
-	Котлета куриная с отрубями	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,29
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	13,69
-	Компот из кураги и изюма	Завтрак	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	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	2,11
-	Мандарин	Завтрак	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98

-	Помидор свежий к гарниру	Обед	6	0,27	0,05	0,95	25	8,23
-	Суп из овощей с зел.гор. мясом сметаной	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	270	27,40
-	250/10/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	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	2,92
-	Мандарин	Обед	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98

5-11_ОВЗ

Итого: 321,40

-	Огурец свежий	Завтрак	5,08	0,21	0,04	0,75	20	6,58
-	Котлета куриная с отрубями	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,29
-	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	16,41
-	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
-	Мандарин	Завтрак	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	8,4	0,39	0,07	1,33	35	11,52
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	295	55,70
-	250/35/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,31
-	Мандарин	Обед	182,4	2,85	2,22	39,9	190	49,95

5-11_ОК-1_лг

Итого: 128,56

-	Бутерброд с маслом сыром 30/10/30	Ланч	364,04	8,72	15,82	23,62	70	52,76
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Ланч	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Батон с отрубями	Ланч	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,32

5-11_ОК-1_рс

Итого: 128,56

-	Бутерброд с маслом сыром 30/10/30	Ланч	364,04	8,72	15,82	23,62	70	52,76
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Ланч	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63

-	Батон с отрубями	Ланч	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,32
5-11_ОК-2_лг								Итого: 192,84
-	Огурец свежий	Обед	16,51	0,69	0,13	2,43	65	21,40
	Суп из овощей с зел.гор.с							
-	мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	295	55,70
	250/35/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,65
-	Мандарин	Обед	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
5-11_ОК-2_рс								Итого: 192,84
-	Огурец свежий	Обед	16,51	0,69	0,13	2,43	65	21,40
	Суп из овощей с зел.гор.с							
-	мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	295	55,70
	250/35/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,65
-	Мандарин	Обед	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
5-11_СНС								Итого: 70,00
	Суп из овощей с зел.гор.							
-	с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	33,19
	250/15/1							
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Батон с отрубями	Обед	22,39	0,66	0,07	4,69	10	0,72
-	Язычек слоеный	Обед	420,91	5,29	18,36	58,63	50	33,46
без_глутена_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Огурец свежий	Завтрак	3,81	0,16	0,03	0,56	15	4,94
-	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	2,63
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	2,72
-	Мандарин	Завтрак	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
без_глутена_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	3,6	0,17	0,03	0,57	15	4,94

-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	44,10
-	250/25/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	Хлебец	Обед	57,43	1,75	0,76	10,28	7	4,69
-	Мандарин	Обед	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
без_лактозы_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Огурец свежий	Завтрак	7,62	0,32	0,06	1,12	30	9,87
-	Котлета куриная с отрубями	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,29
-	Макароны отварные с м.р.	Завтрак	178,43	5,3	5,46	33,21	180	6,25
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	112,29	3,48	0,27	23,96	55	4,62
-	Мандарин	Завтрак	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
без_лактозы_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	12	0,55	0,1	1,9	50	16,47
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	33,19
-	250/15/1							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,28
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Мандарин	Обед	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
Завтрак/полдник								Итого: 40,00
-	Слойка с брусникой	Завтрак	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,05
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,7	200	2,95

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	13.01.2025 21:49:31	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.01.2025 11:57:33	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 15.01.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Закуски								
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	38,24
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	36,20
Супы								
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/25/10	Нет	170,2	4,2	8,9	20,1	285	44,10
Гарниры								
-	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
Блюда из мяса								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,83
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	70,85
Блюда из птицы								
-	Котлета куриная с отрубями	Нет	190	12	13,13	9,2	100	60,29
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,49
Напитки								
-	Компот из кураги и изюма	Нет	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
-	Чай с сахаром	Нет	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,63
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
Мучные изделия								
-	Слойка с клубникой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,66
-	Язычек слоеный	Нет	420,91	5,29	18,36	58,63	50	33,46
-	Слойка с ежевикой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	37,05
-	Слойка с брусникой	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	13.01.2025 21:49:31	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.01.2025 11:57:33	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D