Меню на 23.01.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/25	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	105	69,96
-	Каша пшеничная молочная с маслом 200/10	Завтрак	315,71	12,31	10,61	48,73	210	34,01
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	1,99
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	50,98
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	20,99
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	2,99
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,66
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	285	47,44
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	20,99
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,68
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,11
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/25	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	105	69,96
-	Каша пшеничная молочная с маслом 200/10	Завтрак	315,71	12,31	10,61	48,73	210	34,01
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	1,99
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	50,98
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57

-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	20,99
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	2,99
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,66

5-11_ОВЗ
Итого: 321,40

-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/25	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	105	69,96
-	Каша пшенная молочная с маслом 200/10	Завтрак	315,71	12,31	10,61	48,73	210	34,01
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,00
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	50,98
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	358,32	19,76	21,81	39,2	150	81,87
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,19
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,14
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08

5-11_ОК-1_лг
Итого: 128,56

-	Огурец свежий "Пикантный"	Ланч	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,57
-	Мясо птицы по-строгановски	Ланч	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Ланч	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,19
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,68
-	Хлеб ржаной	Ланч	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,68
-	Яблоко	Ланч	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08

5-11_ОК-1_рс
Итого: 128,56

-	Огурец свежий "Пикантный"	Ланч	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,57
-	Мясо птицы по-строгановски	Ланч	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Ланч	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,19
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,68
-	Хлеб ржаной	Ланч	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79

-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,68
-	Яблоко	Ланч	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
5-11 ОК-2_лг								Итого: 192,84
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	84,43	1,11	6,67	5,27	55	23,71
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	50,98
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,19
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	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	3,76
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
5-11 ОК-2_рс								Итого: 192,84
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	84,43	1,11	6,67	5,27	55	23,71
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	50,98
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,19
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	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	3,76
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
5-11_СНС								Итого: 70,00
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	33,56
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,46
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Круассан с вишней	Обед	321,85	9,29	6,57	54,52	70	23,30
без_глутена_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/25	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	105	69,96
-	Каша пшенная молочная с маслом 200/10	Завтрак	315,71	12,31	10,61	48,73	210	34,01
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,68
-	Хлебец	Завтрак	24,61	0,75	0,33	4,41	3	1,99
без_глутена_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	19,42

-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	33,56
-	Мясо птицы по-строгановски	Обед	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	20,99
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлебец	Обед	32,82	1	0,44	5,88	4	2,65
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08

без_лактозы_1-4_1смена
Итого: 108,64

-	Каша пшеница б/мол. с м.р. 200/15	Завтрак	279,61	7,89	11,31	45,07	215	21,17
-	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	16,78
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,68
-	Батон с отрубями	Завтрак	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,20
-	Яблоко	Завтрак	44,83	0,96	0,96	23,52	240	40,15
-	Мандарин	Завтрак	86,4	1,35	1,05	18,9	90	23,66

без_лактозы_1-4_2смена
Итого: 162,95

-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,57
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/5/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	260	22,01
-	Филе птицы отварное	Обед	144,53	8,51	9,9	7,43	100	72,80
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	12,66
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,61
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,22
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08

Завтрак/полдник
Итого: 40,00

-	Язычек слоеный	Завтрак	420,91	5,29	18,36	58,63	50	33,46
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,7	200	3,57
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,97

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	22.01.2025 16:39:59	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	22.01.2025 16:03:01	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 23.01.2025
СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	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								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/5	Нет	267,6	14,38	11,69	8,35	285	50,98
Гарниры								
-	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,72	4,39	24,44	180	35,84
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,19
-	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								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	100	102,56
Блюда из мяса								
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	56,37
-	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	56,96
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	102,37
-	Котлета куриная с отрубями	Нет	190	12	13,13	9,2	100	60,31
-	Мясо птицы по-строгановски	Нет	238,88	13,17	14,54	26,13	100	54,57
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
-	Компот из кураги и изюма	Нет	88,19	0,72	0	21,09	200	13,39
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
-	Сдоба "Коричная"	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	34,80
-	Слойка с персиком	Нет	0	0	0	0	70	35,85

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	22.01.2025 16:39:59	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	22.01.2025 16:03:01	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D