

Меню на 31.01.2025

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 маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,49
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	55,71
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	27,48
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,91
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Зеленый горошек (подгарнировка)	Обед	3,74	0,19	0,02	0,59	20	4,78
-	Уха рыбацкая 200/20	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	220	42,35
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	27,48
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,15
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,88
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Уха рыбацкая 200/10	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	210	26,29
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	36,63
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,14
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	1,95
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,49
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	55,71
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	27,48
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,91
-	Зеленый горошек (подгарнировка)	Обед	3,74	0,19	0,02	0,59	20	4,78
-	Уха рыбацкая 200/20	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	220	42,35
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	36,63
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	17,83

-	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	2,58
5-11_ОВЗ								Итого: 321,40
-	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,49
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	55,71
-	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,72	4,39	24,44	180	32,99
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,50
-	Зеленый горошек (поджаривание)	Обед	10,3	0,53	0,07	1,63	55	13,17
-	Уха рыбацкая 250/25	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	275	52,93
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	32,99
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	17,83
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,29
-	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
-	Зеленый горошек (поджаривание)	Ланч	3,74	0,19	0,02	0,59	20	4,78
-	Гуляш 50/50	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Пюре картофельное	Ланч	159,1	3,72	4,39	24,44	180	32,99
-	Чай лимонный	Ланч	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,14
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,43
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	1,94
-	Мандарин	Ланч	96	1,5	1,17	21	100	26,29
5-11_ОК-1_рс								Итого: 128,56
-	Зеленый горошек (поджаривание)	Ланч	3,74	0,19	0,02	0,59	20	4,78
-	Гуляш 50/50	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Пюре картофельное	Ланч	159,1	3,72	4,39	24,44	180	32,99
-	Чай лимонный	Ланч	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,14
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,43
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	1,94
-	Мандарин	Ланч	96	1,5	1,17	21	100	26,29
5-11_ОК-2_лг								Итого: 192,84
-	Уха рыбацкая 250/25	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	275	52,93
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	32,99
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	17,83
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,23

-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,58
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29
5-11 ОК-2_рс								Итого: 192,84
-	Уха рыбацкая 250/25	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	275	52,93
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	32,99
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	17,83
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,23
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,58
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29
5-11_СНС								Итого: 70,00
-	Уха рыбацкая 200/10	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	210	26,29
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,15
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,51
-	Слойка с черникой	Обед	0	0	0	0	70	37,05
без_глутена_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Уха рыбацкая 200/10	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	210	26,29
-	Голубцы ленивые	Обед	107,74	6,27	6,47	6,42	100	47,74
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	36,63
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	17,83
-	Хлебец	Обед	57,43	1,75	0,76	10,28	7	2,91
-	Мандарин	Обед	115,2	1,8	1,4	25,2	120	31,55
без_глутена_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Бутерброд с сыром на хлебце 5/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	20	22,40
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	55,71
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	27,48
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
без_лактозы_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Бутерброд с джемом 15/20	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	10,59
-	Рыба припущенная	Завтрак	113,76	17,83	5,92	7,38	100	63,45
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	24,79
-	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	4,17
-	Хлеб ржаной	Завтрак	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,59
без_лактозы_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Уха рыбацкая 200/10	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	210	26,29
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	28,29
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32

-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,36
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
Завтрак/полдник								Итого: 40,00
-	Слойка с персиком	Завтрак	0	0	0	0	70	35,85
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,15

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	30.01.2025 15:06:32	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	30.01.2025 14:41:53	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

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	48,53
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	44,25
-	Салат "Аппетитный"	Нет	0	0	0	0	100	16,58
Супы								
-	Уха рыбацкая 250/25	Нет	124,64	8,68	4,3	11,87	275	52,93
Гарниры								
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	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	25,20
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	100	103,95
Блюда из мяса								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	73,04
Блюда из птицы								
-	Котлета куриная с отрубями	Нет	190	12	13,13	9,2	100	60,32
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	103,71
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,41
Напитки								

-	Компот "Здоровье"	Нет	41,44	0,01	0	3,7	200	17,83
-	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	67,5	2,9	9,9	23,4	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
-	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	30.01.2025 15:06:32	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	30.01.2025 14:41:53	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D