

Меню на 12.02.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,34
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,40
-	Мандарин	Завтрак	96	1,5	1,17	21	100	26,29
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	36,48
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,06
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	280	41,58
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,45
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,34
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,40
-	Мандарин	Завтрак	96	1,5	1,17	21	100	26,29
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	36,48

-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,06
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29

5-11_ОВЗ

Итого: 321,40

-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,34
-	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,43
-	Мандарин	Завтрак	96	1,5	1,17	21	100	26,29
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/30/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	290	53,18
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,59
-	Мандарин	Обед	192	3	2,34	42	200	52,58

5-11_ОК-1_лг

Итого: 128,56

-	Бутерброд с маслом сыром 25/10/20	Ланч	199,67	7,7	13,28	11,81	55	47,16
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Ланч	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Чай лимонный	Ланч	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,72

5-11_ОК-1_рс

Итого: 128,56

-	Бутерброд с маслом сыром 25/10/20	Ланч	199,67	7,7	13,28	11,81	55	47,16
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Ланч	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Чай лимонный	Ланч	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,72

5-11_ОК-2_лг

Итого: 192,84

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,59
---	----------------------------	------	-------	------	------	------	----	-------

-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	290	53,18
	250/30/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,44
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29

5-11 ОК-2_рс

Итого: 192,84

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,59
	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	290	53,18
	250/30/10							
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,44
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29

5-11_СНС

Итого: 70,00

-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	270	30,69
	250/10/10							
-	Пирожок с яблоком сл.	Обед	37,5	1,88	2,63	18,75	75	23,00
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,85

без_глутена_1-4_1смена

Итого: 108,64

-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10
-	Филе птицы отварное соус томатный	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,23
-	Овощи припущенные	Завтрак	126,9	2,65	4,43	12,6	150	17,37
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлебец	Завтрак	57,43	1,75	0,76	10,28	7	2,97
-	Мандарин	Завтрак	105,6	1,65	1,29	23,1	110	28,92

без_глутена_1-4_2смена

Итого: 162,95

-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	47,39
	250/25/10							

-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлебец	Обед	73,83	2,25	0,98	13,22	9	3,73
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29

без_лактозы_1-4_1смена								Итого: 108,64
-------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	----------------------

-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	60,34
-	Макароны отварные 180 м.р. н-	Завтрак	0	0	0	0	180	6,20
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,13
-	Мандарин	Завтрак	96	1,5	1,17	21	100	26,29

без_лактозы_1-4_2смена								Итого: 162,95
-------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	----------------------

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	36,48
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,28
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,73
-	Мандарин	Обед	96	1,5	1,17	21	100	26,29

Завтрак/полдник								Итого: 40,00
------------------------	--	--	--	--	--	--	--	---------------------

-	Пирожок с яблоком сл.	Завтрак	37,5	1,88	2,63	18,75	75	23,00
-	Компот из ягод	Завтрак	84,62	0,18	0	20,98	200	17,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	10.02.2025 17:10:33	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	10.02.2025 15:55:45	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 12.02.2025

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	48,44
-	Салат из капусты с кальмарами	Нет	0	0	0	0	100	38,07
Супы								
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/25/10	Нет	170,2	4,2	8,9	20,1	285	47,39
Гарниры								
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	40,45
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	17,98
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	80	84,97
Блюда из мяса								
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	72,08
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	56,99
-	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	80,75
Блюда из птицы								
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	105,28
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,52
Напитки								
-	Компот из кураги и изюма	Нет	88,19	0,72	0	21,09	200	13,46
-	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	0	20,98	200	17,00
Мучные изделия								
-	Булочка с маком	Нет	0	0	0	0	100	19,06
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	0	0	0	0	100	41,81
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	26,14
-	Слойка с ягодами	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	28,63
-	Расстегай	Нет	0	0	0	0	100	47,70

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	10.02.2025 17:10:33	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	10.02.2025 15:55:45	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D