

## Меню на 28.02.2025

| ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ |                                 |            |                    |          |         |             |          |                 |
|------------------------|---------------------------------|------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|-----------------|
| № рец.                 | Блюдо                           | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, руб. |
| 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      | 57,61           |
| -                      | Пюре картофельное               | Завтрак    | 132,58             | 3,1      | 3,66    | 20,37       | 150      | 25,90           |
| -                      | 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       | 2,59            |
| 1-4_2смена             |                                 |            |                    |          |         |             |          | Итого: 162,95   |
| -                      | Огурец свежий "Пикантный"       | Обед       | 76,75              | 1,01     | 6,06    | 4,79        | 50       | 21,59           |
| -                      | Уха рыбацкая 200/10             | Обед       | 124,64             | 8,68     | 4,3     | 11,87       | 210      | 27,15           |
| -                      | Гуляш 50/50                     | Обед       | 221,17             | 10,89    | 15,69   | 5,37        | 100      | 58,54           |
| -                      | Пюре картофельное               | Обед       | 132,58             | 3,1      | 3,66    | 20,37       | 150      | 25,90           |
| -                      | Сок в ассортименте              | Обед       | 86,48              | 1        | 0,2     | 20,6        | 200      | 23,16           |
| -                      | Хлеб ржаной                     | Обед       | 77,36              | 2,64     | 0,48    | 13,36       | 40       | 2,96            |
| -                      | Хлеб крестьянский витаминный    | Обед       | 81,67              | 2,53     | 0,2     | 17,43       | 40       | 3,65            |
| 1-4_обед               |                                 |            |                    |          |         |             |          | Итого: 127,79   |
| -                      | Уха рыбацкая 200/10             | Обед       | 124,64             | 8,68     | 4,3     | 11,87       | 210      | 27,15           |
| -                      | Гуляш 50/50                     | Обед       | 221,17             | 10,89    | 15,69   | 5,37        | 100      | 58,54           |
| -                      | Капуста тушеная.                | Обед       | 110,4              | 2,5      | 3,98    | 14,61       | 150      | 36,63           |
| -                      | 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       | 2,42            |
| 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      | 57,61           |
| -                      | Пюре картофельное               | Завтрак    | 132,58             | 3,1      | 3,66    | 20,37       | 150      | 25,90           |
| -                      | 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       | 2,59            |
| -                      | Уха рыбацкая 200/20             | Обед       | 124,64             | 8,68     | 4,3     | 11,87       | 220      | 50,23           |
| -                      | Гуляш 50/50                     | Обед       | 221,17             | 10,89    | 15,69   | 5,37        | 100      | 58,54           |
| -                      | 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      | 11,91           |
| -                      | Хлеб ржаной                     | Обед       | 48,35              | 1,65     | 0,3     | 8,35        | 25       | 1,95            |
| -                      | Батон с отрубями                | Обед       | 89,56              | 2,65     | 0,26    | 18,76       | 40       | 3,69            |
| 5-11_ОВЗ               |                                 |            |                    |          |         |             |          | Итого: 321,40   |

|   |                                    |         |        |       |       |       |     |       |
|---|------------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Бутерброд с маслом<br>15/10        | Завтрак | 122,04 | 1,73  | 7,41  | 11,81 | 25  | 19,49 |
| - | Суфле "Рыбка" с соусом<br>молочным | Завтрак | 198    | 13,69 | 11,7  | 15,79 | 100 | 57,61 |
| - | Пюре картофельное                  | Завтрак | 159,1  | 3,72  | 4,39  | 24,44 | 180 | 31,09 |
| - | Чай с сахаром                      | Завтрак | 53,96  | 0,18  | 0,02  | 13,96 | 200 | 3,05  |
| - | Хлеб крестьянский<br>витаминный    | Завтрак | 61,25  | 1,9   | 0,15  | 13,07 | 30  | 2,80  |
| - | Яблоко                             | Завтрак | 23,35  | 0,5   | 0,5   | 12,25 | 125 | 20,91 |
| - | Гуляш 50/50                        | Обед    | 221,17 | 10,89 | 15,69 | 5,37  | 100 | 58,54 |
| - | Капуста тушеная.                   | Обед    | 147,2  | 3,33  | 5,31  | 19,48 | 200 | 48,80 |
| - | Сок в ассортименте                 | Обед    | 86,48  | 1     | 0,2   | 20,6  | 200 | 23,16 |
| - | 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  | 4,05  |
| - | Мандарин                           | Обед    | 182,4  | 2,85  | 2,22  | 39,9  | 190 | 49,95 |

**5-11 ОК-1\_лг**
**Итого: 128,56**

|   |                                 |      |        |       |       |       |     |       |
|---|---------------------------------|------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Огурец свежий<br>"Пикантный"    | Ланч | 30,7   | 0,4   | 2,42  | 1,92  | 20  | 8,63  |
| - | Гуляш 50/50                     | Ланч | 221,17 | 10,89 | 15,69 | 5,37  | 100 | 58,54 |
| - | Пюре картофельное               | Ланч | 159,1  | 3,72  | 4,39  | 24,44 | 180 | 31,09 |
| - | Чай лимонный                    | Ланч | 38,66  | 0,12  | 0,02  | 9,83  | 200 | 5,60  |
| - | Хлеб крестьянский<br>витаминный | Ланч | 40,83  | 1,27  | 0,1   | 8,71  | 20  | 1,84  |
| - | Хлеб ржаной                     | Ланч | 48,35  | 1,65  | 0,3   | 8,35  | 25  | 1,95  |
| - | Яблоко                          | Ланч | 23,35  | 0,5   | 0,5   | 12,25 | 125 | 20,91 |

**5-11 ОК-1\_рс**
**Итого: 128,56**

|   |                                 |      |        |       |       |       |     |       |
|---|---------------------------------|------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Огурец свежий<br>"Пикантный"    | Ланч | 30,7   | 0,4   | 2,42  | 1,92  | 20  | 8,63  |
| - | Гуляш 50/50                     | Ланч | 221,17 | 10,89 | 15,69 | 5,37  | 100 | 58,54 |
| - | Пюре картофельное               | Ланч | 159,1  | 3,72  | 4,39  | 24,44 | 180 | 31,09 |
| - | Чай лимонный                    | Ланч | 38,66  | 0,12  | 0,02  | 9,83  | 200 | 5,60  |
| - | Хлеб крестьянский<br>витаминный | Ланч | 40,83  | 1,27  | 0,1   | 8,71  | 20  | 1,84  |
| - | Хлеб ржаной                     | Ланч | 48,35  | 1,65  | 0,3   | 8,35  | 25  | 1,95  |
| - | Яблоко                          | Ланч | 23,35  | 0,5   | 0,5   | 12,25 | 125 | 20,91 |

**5-11 ОК-2\_лг**
**Итого: 192,84**

|   |                                 |      |        |       |       |       |     |       |
|---|---------------------------------|------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Огурец свежий<br>"Пикантный"    | Обед | 30,7   | 0,4   | 2,42  | 1,92  | 20  | 8,63  |
| - | Уха рыбацкая 250/25             | Обед | 124,64 | 8,68  | 4,3   | 11,87 | 275 | 54,48 |
| - | Гуляш 50/50                     | Обед | 221,17 | 10,89 | 15,69 | 5,37  | 100 | 58,54 |
| - | Пюре картофельное               | Обед | 159,1  | 3,72  | 4,39  | 24,44 | 180 | 31,09 |
| - | Компот "Здоровье"               | Обед | 41,44  | 0,01  | 0     | 3,7   | 200 | 11,91 |
| - | Хлеб ржаной                     | Обед | 77,36  | 2,64  | 0,48  | 13,36 | 40  | 3,11  |
| - | Хлеб крестьянский<br>витаминный | Обед | 91,88  | 2,85  | 0,23  | 19,61 | 45  | 4,17  |
| - | Яблоко                          | Обед | 23,35  | 0,5   | 0,5   | 12,25 | 125 | 20,91 |

**5-11 ОК-2\_рс**
**Итого: 192,84**

|                               |                                    |         |        |       |       |       |     |                      |
|-------------------------------|------------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|-----|----------------------|
| -                             | Огурец свежий<br>"Пикантный"       | Обед    | 30,7   | 0,4   | 2,42  | 1,92  | 20  | 8,63                 |
| -                             | Уха рыбацкая 250/25                | Обед    | 124,64 | 8,68  | 4,3   | 11,87 | 275 | 54,48                |
| -                             | Гуляш 50/50                        | Обед    | 221,17 | 10,89 | 15,69 | 5,37  | 100 | 58,54                |
| -                             | Пюре картофельное                  | Обед    | 159,1  | 3,72  | 4,39  | 24,44 | 180 | 31,09                |
| -                             | Компот "Здоровье"                  | Обед    | 41,44  | 0,01  | 0     | 3,7   | 200 | 11,91                |
| -                             | Хлеб ржаной                        | Обед    | 77,36  | 2,64  | 0,48  | 13,36 | 40  | 3,11                 |
| -                             | Хлеб крестьянский<br>витаминный    | Обед    | 91,88  | 2,85  | 0,23  | 19,61 | 45  | 4,17                 |
| -                             | Яблоко                             | Обед    | 23,35  | 0,5   | 0,5   | 12,25 | 125 | 20,91                |
| <b>5-11_СНС</b>               |                                    |         |        |       |       |       |     | <b>Итого: 70,00</b>  |
| -                             | Уха рыбацкая 200/10                | Обед    | 124,64 | 8,68  | 4,3   | 11,87 | 210 | 27,15                |
| -                             | Батон с отрубями                   | Обед    | 78,37  | 2,32  | 0,23  | 16,42 | 35  | 2,85                 |
| -                             | Чай с сахаром                      | Обед    | 53,96  | 0,18  | 0,02  | 13,96 | 200 | 3,05                 |
| -                             | Пирожок печ.с мясом<br>рисом       | Обед    | 247,33 | 7     | 8,07  | 37,2  | 100 | 36,95                |
| <b>без_глутена_1-4_1смена</b> |                                    |         |        |       |       |       |     | <b>Итого: 108,64</b> |
| -                             | Бутербро с сыром на<br>хлебце 5/10 | Завтрак | 108,57 | 5,6   | 4,15  | 11,68 | 15  | 18,36                |
| -                             | Суфле "Рыбка" с соусом<br>молочным | Завтрак | 198    | 13,69 | 11,7  | 15,79 | 100 | 57,61                |
| -                             | Пюре картофельное                  | Завтрак | 132,58 | 3,1   | 3,66  | 20,37 | 150 | 25,90                |
| -                             | Чай с сахаром                      | Завтрак | 53,96  | 0,18  | 0,02  | 13,96 | 200 | 3,05                 |
| -                             | Хлебец                             | Завтрак | 73,83  | 2,25  | 0,98  | 13,22 | 9   | 3,72                 |
| <b>без_глутена_1-4_2смена</b> |                                    |         |        |       |       |       |     | <b>Итого: 162,95</b> |
| -                             | Уха рыбацкая 200/15                | Обед    | 124,64 | 8,68  | 4,3   | 11,87 | 215 | 36,96                |
| -                             | Голубцы ленивые                    | Обед    | 107,74 | 6,27  | 6,47  | 6,42  | 100 | 48,68                |
| -                             | 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 | 11,91                |
| -                             | Хлебец                             | Обед    | 41,02  | 1,25  | 0,54  | 7,34  | 5   | 2,00                 |
| -                             | Яблоко                             | Обед    | 29,89  | 0,64  | 0,64  | 15,68 | 160 | 26,77                |
| <b>без_лактозы_1-4_1смена</b> |                                    |         |        |       |       |       |     | <b>Итого: 108,64</b> |
| -                             | Бутерброд с джемом<br>15/20        | Завтрак | 108,57 | 5,6   | 4,15  | 11,68 | 35  | 14,13                |
| -                             | Рыба припущенная                   | Завтрак | 113,76 | 17,83 | 5,92  | 7,38  | 100 | 66,32                |
| -                             | Пюре картофельное                  | Завтрак | 132,58 | 3,1   | 3,66  | 20,37 | 150 | 21,61                |
| -                             | Чай с сахаром                      | Завтрак | 53,96  | 0,18  | 0,02  | 13,96 | 200 | 3,05                 |
| -                             | Хлеб крестьянский<br>витаминный    | Завтрак | 51,04  | 1,58  | 0,12  | 10,89 | 25  | 2,33                 |
| -                             | Хлеб ржаной                        | Завтрак | 38,68  | 1,32  | 0,24  | 6,68  | 20  | 1,20                 |
| <b>без_лактозы_1-4_2смена</b> |                                    |         |        |       |       |       |     | <b>Итого: 162,95</b> |
| -                             | Уха рыбацкая 200/10                | Обед    | 124,64 | 8,68  | 4,3   | 11,87 | 210 | 27,15                |
| -                             | Гуляш 50/50                        | Обед    | 221,17 | 10,89 | 15,69 | 5,37  | 100 | 58,54                |
| -                             | Капуста тушеная.                   | Обед    | 110,4  | 2,5   | 3,98  | 14,61 | 150 | 28,35                |
| -                             | Сок в ассортименте                 | Обед    | 86,48  | 1     | 0,2   | 20,6  | 200 | 23,16                |

|   |                              |      |       |      |      |       |     |       |
|---|------------------------------|------|-------|------|------|-------|-----|-------|
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Обед | 81,67 | 2,53 | 0,2  | 17,43 | 40  | 3,64  |
| - | Хлеб ржаной                  | Обед | 38,68 | 1,32 | 0,24 | 6,68  | 20  | 1,20  |
| - | Яблоко                       | Обед | 23,35 | 0,5  | 0,5  | 12,25 | 125 | 20,91 |

|   |                              |         |        |      |      |       |     |       |
|---|------------------------------|---------|--------|------|------|-------|-----|-------|
| - | Пирожок печ.с мясом<br>рисом | Завтрак | 247,33 | 7    | 8,07 | 37,2  | 100 | 36,95 |
| - | Чай с сахаром                | Завтрак | 53,96  | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | 3,05  |

| Организация                              | ФИО                               | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
|------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия" | ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА | 26.02.2025 15:31:47  | 2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5  |
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"                       | КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА        | 26.02.2025 15:26:08  | 01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D  |
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"                       |                                   |                      | МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"  |

## СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

## Закуски

|   |                                             |     |       |      |      |      |     |       |
|---|---------------------------------------------|-----|-------|------|------|------|-----|-------|
| - | Винегрет овощной с сельдью                  | Нет | 0     | 0    | 0    | 0    | 130 | 43,79 |
| - | Салат "Аппетитный"                          | Нет | 0     | 0    | 0    | 0    | 100 | 16,58 |
| - | Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной | Нет | 0     | 0    | 0    | 0    | 100 | 44,25 |
| - | Салат из квашеной капусты                   | Нет | 77,05 | 0,81 | 4,95 | 7,32 | 100 | 23,84 |

|   |                     |     |        |      |     |       |     |       |
|---|---------------------|-----|--------|------|-----|-------|-----|-------|
| - | Уха рыбацкая 250/25 | Нет | 124,64 | 8,68 | 4,3 | 11,87 | 275 | 54,48 |
|---|---------------------|-----|--------|------|-----|-------|-----|-------|

|   |                                      |     |        |      |       |       |     |       |
|---|--------------------------------------|-----|--------|------|-------|-------|-----|-------|
| - | Капуста цветная припущенная          | Нет | 0      | 0    | 0     | 0     | 150 | 47,16 |
| - | Пюре картофельное                    | Нет | 159,1  | 3,72 | 4,39  | 24,44 | 180 | 31,09 |
| - | Макароны отварные                    | Нет | 259,2  | 7,2  | 7,92  | 38,16 | 180 | 19,87 |
| - | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | Нет | 319,11 | 8,33 | 10,19 | 54,78 | 180 | 24,99 |
| - | Картофель запеченый                  | Нет | 136,5  | 4,89 | 11,16 | 28    | 180 | 40,45 |
| - | Рис "Золотистый" с куркумой          | Нет | 218,2  | 5,17 | 9,36  | 36,9  | 180 | 25,04 |

|   |                                    |     |     |       |      |       |     |       |
|---|------------------------------------|-----|-----|-------|------|-------|-----|-------|
| - | Суфле "Рыбка" с соусом<br>молочным | Нет | 198 | 13,69 | 11,7 | 15,79 | 100 | 57,61 |
| - | Рыба, запеченная с<br>помидором    | Нет | 0   | 0     | 0    | 0     | 100 | 76,63 |

## Блюда из мяса

|   |                                  |     |        |       |       |       |     |       |
|---|----------------------------------|-----|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Шницель мясной с отрубями        | Нет | 216    | 16,3  | 11,4  | 12,9  | 100 | 57,96 |
| - | Кулеш из мяса с томатом куркумой | Нет | 353,71 | 14,8  | 16,51 | 36,71 | 250 | 75,32 |
| - | Гуляш 50/50                      | Нет | 221,17 | 10,89 | 15,69 | 5,37  | 100 | 58,54 |

#### Блюда из птицы

|   |                                      |     |        |       |       |      |     |        |
|---|--------------------------------------|-----|--------|-------|-------|------|-----|--------|
| - | Шашлычок из филе куриного с овощами  | Нет | 0      | 0     | 0     | 0    | 100 | 89,47  |
| - | Котлета куриная "Золотинка"          | Нет | 0      | 0     | 0     | 0    | 100 | 84,65  |
| - | Филе куриное запеч.с сыром помидором | Нет | 218,81 | 13,82 | 18,87 | 9,92 | 100 | 105,28 |
| - | Котлета из мяса птицы                | Нет | 190    | 12    | 13,13 | 9,2  | 100 | 60,34  |

#### Напитки

|   |                        |     |       |      |      |       |     |       |
|---|------------------------|-----|-------|------|------|-------|-----|-------|
| - | Компот "Здоровье"      | Нет | 41,44 | 0,01 | 0    | 3,7   | 200 | 11,91 |
| - | Компот "ассорти"       | Нет | 87,6  | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 18,67 |
| - | Сок в ассортименте     | Нет | 86,48 | 1    | 0,2  | 20,6  | 200 | 23,16 |
| - | Чай с/с пакетированный | Нет | 37,8  | 0,08 | 0,02 | 9,8   | 200 | 6,21  |

#### Мучные изделия

|   |                           |     |        |      |      |       |     |       |
|---|---------------------------|-----|--------|------|------|-------|-----|-------|
| - | Пирог песочный с крошкой  | Нет | 0      | 0    | 0    | 0     | 70  | 37,02 |
| - | Кулебяка с яблоком        | Нет | 200    | 3,63 | 5,25 | 30,25 | 100 | 20,73 |
| - | Шаньга со сметаной        | Нет | 30     | 1,5  | 2,35 | 0,25  | 100 | 26,06 |
| - | Манник                    | Нет | 316,94 | 6,52 | 7,7  | 56,67 | 100 | 25,74 |
| - | Пирожок печ.с мясом рисом | Нет | 247,33 | 7    | 8,07 | 37,2  | 100 | 36,95 |
| - | Булочка с маком           | Нет | 0      | 0    | 0    | 0     | 100 | 16,84 |
| - | Пирожок слоеный с ягодами | Нет | 0      | 0    | 0    | 0     | 75  | 35,92 |
| - | Слойка с творогом         | Нет | 25,4   | 1,67 | 1,27 | 4,5   | 75  | 22,61 |
| - | Сдоба Выборгская          | Нет | 0      | 0    | 0    | 0     | 100 | 17,61 |

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

| Организация                              | ФИО                               | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
|------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия" | ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА | 26.02.2025 15:31:47  | 2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5  |
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"                       | КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА        | 26.02.2025 15:26:08  | 01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D  |