

Меню на 10.03.2025

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 сыром 25/10/20	Завтрак	199,67	7,7	13,28	11,81	55	47,16
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	330,44	10,76	6,84	63,78	210	32,58
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,29
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/15	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	265	30,83
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	56,12
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	245,82	8,55	7,95	34,99	150	34,45
-	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,34
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,30
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	6,47
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/10	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	260	24,90
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	55,93
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	245,82	8,55	7,95	34,99	150	34,45
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,99
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Бутерброд с маслом сыром 25/10/20	Завтрак	199,67	7,7	13,28	11,81	55	47,16
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	330,44	10,76	6,84	63,78	210	32,58
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,29

-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/15	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	265	30,83
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	56,12
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	245,82	8,55	7,95	34,99	150	34,45
-	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,34
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,30

5-11_ОВЗ
Итого: 321,40

-	Бутерброд с маслом сыром 30/10/25	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	65	54,33
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	24,99
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,19
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	48,76
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	55,93
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	41,34
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	23,16
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,61

5-11_ОК-1_лг
Итого: 128,56

-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Ланч	216	16,3	11,4	12,9	120	55,93
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Ланч	294,98	10,26	9,54	41,99	180	41,34
-	Чай лимонный	Ланч	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Яблоко	Ланч	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,68

5-11_ОК-1_рс
Итого: 128,56

-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Ланч	216	16,3	11,4	12,9	120	55,93
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Ланч	294,98	10,26	9,54	41,99	180	41,34
-	Чай лимонный	Ланч	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70

-	Яблоко	Ланч	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,68
5-11 ОК-2 лг								Итого: 192,84
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	48,76
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	55,93
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	41,34
-	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	18,67
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,12
5-11 ОК-2 рс								Итого: 192,84
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	48,76
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	55,93
-	Макаронные изделия запеченные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	41,34
-	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	18,67
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,12
5-11 СНС								Итого: 70,00
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/10	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	260	24,90
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,45
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Пирожок слоеный с ягодами	Обед	0	0	0	0	100	36,95
без глютена_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Бутерброд с маслом сыром на хлебце 5/10/20	Завтрак	113,76	6,36	7,44	7,38	40	45,24
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	210	32,62
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлебцец	Завтрак	57,43	1,75	0,76	10,28	7	3,17
без глютена_1-4_2смена								Итого: 162,95

-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/10	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	260	24,90
-	Биточки "Диетические"	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	61,42
-	Капуста тушеная	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	34,04
-	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	18,67
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлебец	Обед	57,43	1,75	0,76	10,28	7	3,01

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
-	Каша ячневая б/м вязкая с маслом раст 200/10	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	210	21,38
-	Компот "ассорти"	Завтрак	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,34
-	Мандарин	Завтрак	129,6	2,03	1,58	28,35	135	35,49
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Завтрак	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,93

без лактозы_1-4_2смена **Итого: 162,95**

-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	48,76
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	55,93
-	Макароньы отварные с м.р.	Обед	220,73	6,36	3,58	39,86	150	8,28
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	23,16
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,96

Завтрак/полдник **Итого: 40,00**

-	Пирожок слоеный с ягодами	Завтрак	0	0	0	0	100	36,95
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	07.03.2025 07:11:42	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	06.03.2025 16:33:42	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 10.03.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
--------	-------	-----------------	--------------------	----------	---------	-------------	----------	------------

Закуски								
-	Салат из капусты с кальмарами	Нет	0	0	0	0	100	38,90
-	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 "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	49,97
Супы								
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Нет	273,8	12,65	9,53	31,53	280	48,92
Гарниры								
-	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	25,06
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	24,99
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,72	4,39	24,44	180	31,09
-	Капуста цветная припущенная	Нет	0	0	0	0	150	47,16
Блюда из рыбы								
-	Рыба, запеченная с 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	58,19
-	Плов из филе кур 250	Нет	358,81	18,82	22,57	49,62	250	77,82
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Нет	216	16,3	11,4	12,9	120	56,12
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,54
Блюда из птицы								
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	0	0	0	0	100	84,65
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,47
-	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								
-	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	6,21
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,16
-	Компот "ассорти"	Нет	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,34
Мучные изделия								
-	Сдоба Выборгская	Нет	0	0	0	0	100	17,61
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,74
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	26,06

-	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	0	0	0	0	100	33,19
-	Пирог песочный с крошкой	Нет	0	0	0	0	70	36,95
-	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	22,61
-	Пирожок печеный с ягодами	Нет	198,55	3,45	5,76	33,24	100	36,95
-	Булочка с маком	Нет	0	0	0	0	100	16,84
-	Пирожок печ.с мясом рисом	Нет	247,33	7	8,07	37,2	100	36,98

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	07.03.2025 07:11:42	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	06.03.2025 16:33:42	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D