

Меню на 11.03.2025

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 сыром 15/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	30	21,31
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,76
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	14,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,83
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,11
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	83,13
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,63
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	270	32,03
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	83,13
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,19
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,44
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	30	21,31
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,76
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	14,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	3,83
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,11

-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	83,13
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,63

5-11_ОБЗ

Итого: 321,40

-	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	30	21,31
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,76
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	17,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,66
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,11
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	108,52
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	23,16
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,14
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73

5-11_ОК-1_лг

Итого: 128,56

-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	23,03	0,3	1,82	1,44	15	6,47
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Ланч	399,05	15,13	17,72	46,02	275	108,52
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,48
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33

5-11_ОК-1_рс

Итого: 128,56

-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	23,03	0,3	1,82	1,44	15	6,47
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Ланч	399,05	15,13	17,72	46,02	275	108,52
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,48
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33

5-11_ОК-2_лг

Итого: 192,84

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,11

-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	108,52
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,33
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,59

5-11 ОК-2_рс **Итого: 192,84**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	15,10
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,11
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	108,52
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,33
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,59

5-11_СНС **Итого: 70,00**

-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	43,97
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,19
-	Булочка с маком	Обед	0	0	0	0	100	16,84

без_глутена_1-4_1смена **Итого: 108,64**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,57
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,54
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	14,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлебец	Завтрак	73,83	2,25	0,98	13,22	9	3,79

без_глутена_1-4_2смена **Итого: 162,95**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,11
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	83,13
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,19
-	Хлебец	Обед	82,04	2,5	1,09	14,69	10	4,58

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

-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,76
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	6,65

-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Коврига (хлеб ржаной)	Завтрак	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,24
-	Мандарин	Завтрак	110,4	1,73	1,35	24,15	115	30,23
без_лактозы_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	10,79
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,11
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	83,13
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,07
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,66
Завтрак/полдник								Итого: 40,00
-	Булочка с маком	Завтрак	0	0	0	0	100	16,84
-	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	23,16

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	10.03.2025 13:06:38	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	10.03.2025 12:48:11	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	

Меню на 11.03.2025

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	49,97
-	Салат "Аппетитный"	Нет	0	0	0	0	100	16,58
-	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	0	0	0	0	100	37,94
-	Салат из капусты с кальмарами	Нет	0	0	0	0	100	38,90
Супы								
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	290	53,11
Гарниры								
-	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

-	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

-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,76
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Нет	399,05	15,13	17,72	46,02	275	108,52
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	74,68
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	58,09

Блюда из птицы

-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	60,34
-	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	89,47
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	0	0	0	0	100	84,65

Напитки

-	Напиток из шиповника	Нет	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Компот "ассорти"	Нет	87,6	1,02	0,06	17,76	200	23,51
-	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

-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	0	0	0	0	100	42,60
-	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
-	Пирог песочный с крошкой	Нет	0	0	0	0	80	44,20
-	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
-	Сдоба Выборгская	Нет	0	0	0	0	100	17,61
-	Булочка "Ореховая"	Нет	0	0	0	0	100	28,70
-	Булочка "Варюша" гл.	Нет	0	0	0	0	110	23,81

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	10.03.2025 13:06:38	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	10.03.2025 12:48:11	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D