

Меню на 13.03.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	62,02
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,59
1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,59
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,17
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	57,09
-	Макаронь отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	21,32
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,47
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,05
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
1-4_обед								Итого: 127,79
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,17
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	57,09
-	Макаронь отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	21,32
-	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	2,89
1-4_ОВЗ								Итого: 271,59
-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	62,02
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,59
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,59
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,17

-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	57,09
-	Макаронны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	21,32
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,05
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,47
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40

5-11_ОВЗ
Итого: 321,40

-	Омлет натуральный с маслом сл 200/5	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	205	79,21
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,66
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	19,43
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,17
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	85,64
-	Макаронны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	25,58
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,69
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40

5-11_ОК-1_лг
Итого: 128,56

-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,90
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	57,09
-	Макаронны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	25,58
-	Чай лимонный	Ланч	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,89
-	Вафли	Ланч	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40

5-11_ОК-1_рс
Итого: 128,56

-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,90
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	57,09
-	Макаронны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	25,58
-	Чай лимонный	Ланч	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,89

-	Вафли	Ланч	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
---	-------	------	--------	------	-----	-------	----	-------

5-11 ОК-2_лг **Итого: 192,84**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Суп-пюре из овощей с грёнками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,17
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	85,64
-	Макаронные отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	25,58
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,26
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,66
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40

5-11 ОК-2_рс **Итого: 192,84**

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Суп-пюре из овощей с грёнками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,17
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	85,64
-	Макаронные отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	25,58
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,26
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,66
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40

5-11_СНС **Итого: 70,00**

-	Суп-пюре из овощей с грёнками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,17
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,83
-	Манник	Обед	253,55	5,22	6,16	45,34	80	20,14

без глютена_1-4_1смена **Итого: 108,64**

-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Омлет натуральный с маслом 150/5	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	155	62,02
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлебец	Завтрак	65,63	2	0,87	11,75	8	3,59

без глютена_1-4_2смена **Итого: 162,95**

-	Суп-пюре из овощей с грёнками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	27,13
-	Филе птицы отварное соус томатный	Обед	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,57
-	Овощи припущенные	Обед	126,9	2,65	4,43	12,6	150	22,17

-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86
-	Хлебец	Обед	73,83	2,25	0,98	13,22	9	3,70
-	Яблоко	Обед	54,17	1,16	1,16	28,42	290	48,52

без_лактозы_1-4_1смена

Итого: 108,64

-	Филе птицы отварное соус томатный	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,57
-	Капуста тушеная	Завтрак	0	0	0	0	150	21,35
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	23,03	0,3	1,82	1,44	15	6,47
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,26
-	Мандарин	Завтрак	96	1,5	1,17	21	100	26,29

без_лактозы_1-4_2смена

Итого: 162,95

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	10,79
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	27,13
-	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	53,77
-	Макароны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	18,60
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,66
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,04
-	Яблоко	Обед	28,02	0,6	0,6	14,7	150	25,10

Завтрак/полдник

Итого: 40,00

-	Манник	Завтрак	253,55	5,22	6,16	45,34	80	20,14
-	Компот из ягод	Завтрак	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	11.03.2025 16:03:18	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	11.03.2025 16:38:20	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 13.03.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	Салат из капусты с кальмарами	Нет	0	0	0	0	100	38,90

Закуски

-	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	0	0	0	0	100	37,94
-	Салат "Аппетитный"	Нет	0	0	0	0	100	16,58
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	49,97

Супы

-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Нет	137,98	3,86	8,58	17,59	270	26,17
---	--------------------------------------	-----	--------	------	------	-------	-----	-------

Гарниры

-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,04
-	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	40,45
-	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
-	Капуста цветная припущеная	Нет	0	0	0	0	150	47,16

Блюда из рыбы

-	Рыба, запеченная с помидором	Нет	0	0	0	0	100	64,84
---	------------------------------	-----	---	---	---	---	-----	-------

Блюда из мяса

-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	58,19
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	275	100,31
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,76

Блюда из птицы

-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	0	0	0	0	100	83,24
-	Шашлык 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	91,29
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	150	85,64

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 из ягод	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	200	19,86

Мучные изделия

-	Булочка "Варюша" гл.	Нет	0	0	0	0	110	23,81
-	Булочка "Ореховая"	Нет	0	0	0	0	100	28,70
-	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
-	Кулебяка с яблоком	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	20,73
-	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	22,61

-	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	0	0	0	0	75	35,92
-	Булочка с маком	Нет	0	0	0	0	100	16,84
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	0	0	0	0	100	42,73

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	11.03.2025 16:03:18	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	11.03.2025 16:38:20	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5