

Меню на 14.03.2025

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	59,05
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	23,93
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,12
1-4_2смена		Итого: 162,95						
-	Уха рыбацкая 200/20	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	220	51,10
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,62
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	23,93
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	23,16
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,49
-	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	28,76
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,62
-	Капуста тушеная.	Обед	132,48	3	4,78	17,53	180	34,02
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,34
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	59,05
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	23,93
-	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	2,80
-	Уха рыбацкая 200/15	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	215	39,39
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,62
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	28,35
-	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
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,14
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
5-11_ОВЗ		Итого: 321,40						

-	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	59,05
-	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,72	4,39	24,44	180	28,71
-	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	2,80
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Уха рыбацкая 250/25	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	275	58,54
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,62
-	Капуста тушеная.	Обед	132,48	3	4,78	17,53	180	33,94
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	11,91
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,55
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	1,92
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
5-11_ОК-1_лг								Итого: 128,56
-	Огурец свежий "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	58,62
-	Пюре картофельное	Ланч	159,1	3,72	4,39	24,44	180	28,71
-	Чай лимонный	Ланч	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,14
-	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 "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	58,62
-	Пюре картофельное	Ланч	159,1	3,72	4,39	24,44	180	28,71
-	Чай лимонный	Ланч	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,14
-	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 "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	6,47
-	Уха рыбацкая 250/25	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	275	58,54
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,62
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	28,71
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	11,91
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,49
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,19
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91

5-11_ОК-2_рс								Итого: 192,84
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	6,47
-	Уха рыбацкая 250/25	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	275	58,54
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,62
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	28,71
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	11,91
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,49
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,19
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
5-11_СНС								Итого: 70,00
-	Уха рыбацкая 200/10	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	210	28,76
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,24
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Пирожок печ.с мясом рисом	Обед	247,33	7	8,07	37,2	100	36,95
без_глутена_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Бутерброд с сыром на хлебце 5/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	20	21,03
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	59,05
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	23,93
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлебце	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	1,58
без_глутена_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	10,79
-	Уха рыбацкая 200/15	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	215	39,39
-	Голубцы ленивые	Обед	107,74	6,27	6,47	6,42	100	48,73
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	28,35
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	0	3,7	200	11,91
-	Хлебце	Обед	57,43	1,75	0,76	10,28	7	2,87
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
без_лактозы_1-4_1смена								Итого: 108,64
-	Бутерброд с джемом 15/20	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	14,13
-	Рыба припущенная	Завтрак	91,01	14,26	4,74	5,9	80	59,24
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	23,93
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,13
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,61
без_лактозы_1-4_2смена								Итого: 162,95
-	Уха рыбацкая 200/10	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	210	28,76
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,62
-	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	3,71
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40

Завтрак/полдник								Итого: 40,00
-	Пирожок печ.с мясом 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

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	12.03.2025 16:56:03	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	12.03.2025 16:33:26	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	

Меню на 14.03.2025								
СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Закуски								
-	Салат из квашеной капусты	Нет	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,84
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	44,25
-	Салат "Аппетитный"	Нет	0	0	0	0	100	16,58
-	Винегрет овощной с сельдью	Нет	0	0	0	0	130	39,84
Супы								
-	Уха рыбацкая 250/25	Нет	124,64	8,68	4,3	11,87	275	58,54
Гарниры								
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	24,99
-	Картофель запеченный	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 припущеная	Нет	0	0	0	0	150	47,16
-	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,72	4,39	24,44	180	28,71
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
Блюда из рыбы								
-	Рыба, запеченная с помидором	Нет	0	0	0	0	100	71,30
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Нет	198	13,69	11,7	15,79	100	59,05

Блюда из мяса								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	58,62
-	Кулеш из мяса с томатом куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	75,38
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	58,04
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	91,29
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,47
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	0	0	0	0	100	83,24
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	21,19
-	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 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	22,04
-	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
-	Сдоба Выборгская	Нет	0	0	0	0	100	17,61
-	Круассан с вар.сгущенкой орехои	Нет	0	0	0	0	50	32,98

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	12.03.2025 16:56:03	2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	12.03.2025 16:33:26	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D