

Меню на 19.03.2025

| ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ | | | | | | | | |
|------------------------|--|------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|----------------------|
| № рец. | Блюдо | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, |
| 1-4_1смена | | | | | | | | Итого: 108,64 |
| - | Плов из филе кур 250 | Завтрак | 358,81 | 18,82 | 22,57 | 49,62 | 250 | 77,84 |
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Завтрак | 53,73 | 0,71 | 4,24 | 3,35 | 35 | 15,10 |
| - | Чай с сахаром | Завтрак | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | 3,05 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Завтрак | 51,04 | 1,58 | 0,12 | 10,89 | 25 | 2,25 |
| - | Вафли | Завтрак | 211,13 | 3,75 | 4,9 | 38,35 | 22 | 10,40 |
| 1-4_2смена | | | | | | | | Итого: 162,95 |
| - | Рассольник | | | | | | | |
| - | Ленинградский с мясом сметаной 250/10/1 | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 270 | 32,94 |
| - | Чиполлетти из мяса | Обед | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | 53,42 |
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Обед | 245,82 | 8,55 | 7,95 | 34,99 | 150 | 34,45 |
| - | Компот из яблок с сухофруктами | Обед | 69 | 0,1 | 0 | 16,1 | 200 | 9,57 |
| - | Батон с отрубями | Обед | 111,95 | 3,31 | 0,33 | 23,45 | 50 | 4,33 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 48,35 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 25 | 1,95 |
| - | Мандарин | Обед | 96 | 1,5 | 1,17 | 21 | 100 | 26,29 |
| 1-4_обед | | | | | | | | Итого: 127,79 |
| - | Рассольник | | | | | | | |
| - | Ленинградский с мясом сметаной 250/10/1 | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 270 | 32,94 |
| - | Чиполлетти из мяса | Обед | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | 53,42 |
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Обед | 245,82 | 8,55 | 7,95 | 34,99 | 150 | 34,45 |
| - | Чай лимонный | Обед | 60 | 0,3 | 0 | 15,2 | 200 | 4,87 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 58,02 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 30 | 2,11 |
| 1-4_ОВЗ | | | | | | | | Итого: 271,59 |
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Завтрак | 53,73 | 0,71 | 4,24 | 3,35 | 35 | 15,10 |
| - | Плов из филе кур 250 | Завтрак | 358,81 | 18,82 | 22,57 | 49,62 | 250 | 77,84 |
| - | Чай с сахаром | Завтрак | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | 3,05 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Завтрак | 51,04 | 1,58 | 0,12 | 10,89 | 25 | 2,25 |
| - | Вафли | Завтрак | 211,13 | 3,75 | 4,9 | 38,35 | 22 | 10,40 |
| - | Рассольник | | | | | | | |
| - | Ленинградский с мясом сметаной 250/10/1 | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 270 | 32,94 |
| - | Чиполлетти из мяса | Обед | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | 53,42 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------------------------|------|--------|------|------|-------|-----|-------|
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Обед | 245,82 | 8,55 | 7,95 | 34,99 | 150 | 34,45 |
| - | Компот из яблок с сухофруктами | Обед | 69 | 0,1 | 0 | 16,1 | 200 | 9,57 |
| - | 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 | 4,33 |
| - | Мандарин | Обед | 96 | 1,5 | 1,17 | 21 | 100 | 26,29 |

5-11_ОВЗ
Итого: 321,40

| | | | | | | | | |
|---|--|---------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Завтрак | 53,73 | 0,71 | 4,24 | 3,35 | 35 | 15,10 |
| - | Плов из филе кур 250 | Завтрак | 358,81 | 18,82 | 22,57 | 49,62 | 250 | 77,82 |
| - | Чай лимонный | Завтрак | 60 | 0,3 | 0 | 15,2 | 200 | 4,87 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Завтрак | 91,88 | 2,85 | 0,23 | 19,61 | 45 | 4,19 |
| - | Хлеб ржаной | Завтрак | 96,7 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 50 | 3,88 |
| - | Вафли | Завтрак | 211,13 | 3,75 | 4,9 | 38,35 | 22 | 10,40 |
| - | Огурец свежий "Пикантный" | Обед | 53,73 | 0,71 | 4,24 | 3,35 | 35 | 15,10 |
| - | Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/25/ | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 285 | 50,77 |
| - | Чиполлетти из мяса | Обед | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | 53,42 |
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Обед | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 41,34 |
| - | Компот из яблок с сухофруктами | Обед | 69 | 0,1 | 0 | 16,1 | 200 | 9,57 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 77,36 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 40 | 3,11 |
| - | Батон с отрубями | Обед | 134,34 | 3,97 | 0,4 | 28,14 | 60 | 5,54 |
| - | Мандарин | Обед | 96 | 1,5 | 1,17 | 21 | 100 | 26,29 |

5-11_ОК-1_лг
Итого: 128,56

| | | | | | | | | |
|---|---------------------------------------|------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Чиполлетти из мяса | Ланч | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | 53,42 |
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Ланч | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 41,34 |
| - | Чай с сахаром | Ланч | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | 3,05 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Ланч | 102,08 | 3,17 | 0,25 | 21,78 | 50 | 4,46 |
| - | Мандарин | Ланч | 96 | 1,5 | 1,17 | 21 | 100 | 26,29 |

5-11_ОК-1_рс
Итого: 128,56

| | | | | | | | | |
|---|---------------------------------------|------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Чиполлетти из мяса | Ланч | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | 53,42 |
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Ланч | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 41,34 |
| - | Чай с сахаром | Ланч | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | 3,05 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Ланч | 102,08 | 3,17 | 0,25 | 21,78 | 50 | 4,46 |
| - | Мандарин | Ланч | 96 | 1,5 | 1,17 | 21 | 100 | 26,29 |

5-11_ОК-2_лг
Итого: 192,84

| | | | | | | | | | |
|---|---|------|--------|-------|-------|-------|-----|--|-------|
| - | Рассольник | | | | | | | | |
| - | Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/ | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 290 | | 56,40 |
| - | Чиполлетти из мяса | Обед | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | | 53,42 |
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Обед | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | | 41,34 |
| - | Компот из яблок с сухофруктами | Обед | 69 | 0,1 | 0 | 16,1 | 200 | | 9,57 |
| - | 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 | | 3,87 |
| - | Мандарин | Обед | 96 | 1,5 | 1,17 | 21 | 100 | | 26,29 |

5-11 ОК-2_рс
Итого: 192,84

| | | | | | | | | | |
|---|---|------|--------|-------|-------|-------|-----|--|-------|
| - | Рассольник | | | | | | | | |
| - | Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/ | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 290 | | 56,40 |
| - | Чиполлетти из мяса | Обед | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | | 53,42 |
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Обед | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | | 41,34 |
| - | Компот из яблок с сухофруктами | Обед | 69 | 0,1 | 0 | 16,1 | 200 | | 9,57 |
| - | 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 | | 3,87 |
| - | Мандарин | Обед | 96 | 1,5 | 1,17 | 21 | 100 | | 26,29 |

5-11_СНС
Итого: 70,00

| | | | | | | | | | |
|---|---|------|--------|------|-------|-------|-----|--|-------|
| - | Рассольник | | | | | | | | |
| - | Ленинградский со сметаной (мясо)250/5/1 | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 265 | | 27,39 |
| - | Каравайный хлеб | Обед | 61,25 | 1,9 | 0,15 | 13,07 | 30 | | 2,61 |
| - | Чай с сахаром | Обед | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | | 3,05 |
| - | Пирожок печеный с ягодами | Обед | 198,55 | 3,45 | 5,76 | 33,24 | 100 | | 36,95 |

без глютена_1-4_1смена
Итого: 108,64

| | | | | | | | | | |
|---|-------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|-----|--|-------|
| - | Яйцо вареное | Завтрак | 78,48 | 6,35 | 5,75 | 0,35 | 50 | | 15,98 |
| - | Плов из мяса птицы с куркумой | Завтрак | 318,85 | 15,06 | 18,06 | 39,7 | 200 | | 66,53 |
| - | Чай с сахаром | Завтрак | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | | 3,05 |
| - | Хлебец | Завтрак | 41,02 | 1,25 | 0,54 | 7,34 | 5 | | 2,05 |
| - | Мандарин | Завтрак | 76,8 | 1,2 | 0,94 | 16,8 | 80 | | 21,03 |

без глютена_1-4_2смена
Итого: 162,95

| | | | | | | | | | |
|---|---|------|--------|-------|-------|-------|-----|--|-------|
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Обед | 84,43 | 1,11 | 6,67 | 5,27 | 55 | | 23,75 |
| - | Рассольник | | | | | | | | |
| - | Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/ | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 290 | | 56,40 |
| - | Тефтели "Ежики" | Обед | 220 | 10,31 | 16,91 | 14,53 | 100 | | 55,08 |

| | | | | | | | | |
|---|--------------------------------|------|-------|------|------|-------|-----|-------|
| - | Горошница с морковью | Обед | 163,5 | 9,15 | 5,55 | 22,65 | 150 | 14,27 |
| - | Компот из яблок с сухофруктами | Обед | 69 | 0,1 | 0 | 16,1 | 200 | 9,57 |
| - | Хлебец | Обед | 73,83 | 2,25 | 0,98 | 13,22 | 9 | 3,88 |

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

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Завтрак | 61,4 | 0,81 | 4,85 | 3,83 | 40 | 17,27 |
| - | Плов из мяса птицы с куркумой | Завтрак | 318,85 | 15,06 | 18,06 | 39,7 | 200 | 66,53 |
| - | Чай с сахаром | Завтрак | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | 3,05 |
| - | Батон с отрубями | Завтрак | 89,56 | 2,65 | 0,26 | 18,76 | 40 | 3,39 |
| - | Яблоко | Завтрак | 20,55 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 110 | 18,40 |

без_лактозы_1-4_2смена **Итого: 162,95**

| | | | | | | | | |
|---|--|------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|
| - | Огурец свежий "Пикантный" | Обед | 38,38 | 0,51 | 3,03 | 2,4 | 25 | 10,79 |
| - | Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/25/ | Обед | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 285 | 50,77 |
| - | Чиполлетти из мяса | Обед | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | 53,42 |
| - | Макароны отварные с м.р. | Обед | 220,73 | 6,36 | 3,58 | 39,86 | 150 | 8,28 |
| - | Компот из яблок с сухофруктами | Обед | 69 | 0,1 | 0 | 16,1 | 200 | 9,57 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 96,7 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 50 | 3,58 |
| - | Батон с отрубями | Обед | 100,76 | 2,98 | 0,3 | 21,11 | 45 | 4,19 |
| - | Мандарин | Обед | 81,6 | 1,28 | 0,99 | 17,85 | 85 | 22,35 |

Завтрак/полдник **Итого: 40,00**

| | | | | | | | | |
|---|---------------------------|---------|--------|------|------|-------|-----|-------|
| - | Пирожок печеный с ягодами | Завтрак | 198,55 | 3,45 | 5,76 | 33,24 | 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 | 17.03.2025 13:56:58 | 2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5 |
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" | КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА | 17.03.2025 12:01:21 | 01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D |
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" | | | МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия" |

Меню на 19.03.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

| № рец. | Блюдо | Горячее питание | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, |
|--------|---|-----------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|------------|
| - | Салат "Столичный" | Нет | 0 | 0 | 0 | 0 | 100 | 49,97 |
| - | 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 |
| Супы | | | | | | | | |
| - | Рассольник | | | | | | | |
| - | Ленинградский со сметаной (мясо)250/25/ | Нет | 237,55 | 9,28 | 12,92 | 36,54 | 285 | 50,77 |
| Гарниры | | | | | | | | |
| - | 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 |
| - | Рис "Золотистый" с куркумой | Нет | 218,2 | 5,17 | 9,36 | 36,9 | 180 | 25,04 |
| - | Картофель запеченный | Нет | 136,5 | 4,89 | 11,16 | 28 | 180 | 40,45 |
| - | Макаронные изделия запеченные с сыром | Нет | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 41,34 |
| - | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | Нет | 319,11 | 8,33 | 10,19 | 54,78 | 180 | 24,99 |
| Блюда из рыбы | | | | | | | | |
| - | Рыба, запеченная с помидором | Нет | 0 | 0 | 0 | 0 | 80 | 66,47 |
| 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 | 77,84 |
| - | Чиполлетти из мяса | Нет | 216,17 | 10,89 | 11,57 | 9,74 | 100 | 53,42 |
| - | 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 | 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 |
| - | Компот "ассорти" | Нет | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 15,97 |
| - | Компот из яблок с сухофруктами | Нет | 69 | 0,1 | 0 | 16,1 | 200 | 9,57 |
| - | Сок в ассортименте | Нет | 86,48 | 1 | 0,2 | 20,6 | 200 | 23,16 |
| Мучные изделия | | | | | | | | |
| - | Манник | Нет | 0 | 0 | 0 | 0 | 100 | 17,52 |
| - | 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 |
| - | Пирог песочный с крошкой | Нет | 0 | 0 | 0 | 0 | 70 | 37,02 |
| - | 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 корицей и глазурью | Нет | 0 | 0 | 0 | 0 | 110 | 29,21 |
| - | Булочка с маком | Нет | 0 | 0 | 0 | 0 | 100 | 19,06 |
| - | Пирожок печ.с мясом рисом | Нет | 247,33 | 7 | 8,07 | 37,2 | 100 | 36,98 |
| - | 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 | 17.03.2025 13:56:58 | 2B3742865A882ADB437DBD07498D3CB1AB39B3D5 |
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" | КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА | 17.03.2025 12:01:21 | 01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D |