## Меню на 22.04.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
1-4_1смен	ıa							
-	Бутерброд с сыром 25/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	40	
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
	Каша гречневая	2	265.02	6.04	0.40	45.65	150	
-	рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	
-	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	
Итого			740,96	26,32	28,69	137,2	-	
1-4_2смен	1a							
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	
Итого			739,78	27,03	34,13	89,26	-	
 1-4_обед								
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	270	
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	
Итого			729,59	31,77	28,81	75,88	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
1-4_OB3								
-	Бутерброд с сыром 25/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	40	
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
	Каша гречневая	2207024	265,92	6,94	8,49	45,65	150	
-	рассыпчатая	Завтрак	203,92	6,94	6,49	45,05	150	
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	
-	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	
Итого (за	зтрак)		740,96	26,32	28,69	137,2	-	
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	
Итого (об	ед)		739,78	27,03	34,13	89,26	-	
Итого			1 480,74	53,35	62,82	226,46	-	
5-11_OB3								
-	Бутерброд с сыром 25/20	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	45	
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
	Каша гречневая	2	210.11	0.22	10.10	F 4 70	100	
-	рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	102,08	3,17	0,25	21,78	50	
Итого (зав	зтрак)		841,97	30,91	33,12	149,35	-	
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	
Итого (об	ед)		879,96	29,63	37,05	116,01	-	
Итого			1 721,93	60,54	70,17	265,36	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
5-11_OK-1	L_лr							
-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	23,03	0,3	1,82	1,44	15	
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Ланч	399,05	15,13	17,72	46,02	275	
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	
Итого			567,54	18,57	20	120,77	-	
5-11_OK-1	L_pc							
-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	23,03	0,3	1,82	1,44	15	
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Ланч	399,05	15,13	17,72	46,02	275	
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	
-	Хлеб ржаной	Ланч	38,68	1,32	0,24	6,68	20	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	51,04	1,58	0,12	10,89	25	
Итого			567,54	18,57	20	120,77	-	
5-11_OK-2	?_лг							
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	
Итого			880,68	29,12	37,99	113,81	-	
5-11_OK-2	2_pc							
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	
Итого			880,68	29,12	37,99	113,81	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
5-11_CHC								
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	
-	Булочка с маком	Обед	-	-	-	-	100	
Итого			332,15	14,15	13,7	29,52	-	
без_глюте	ена_1-4_1смена							
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	
-	Хлебец	Завтрак	65,63	2	0,87	11,75	8	
Итого			685,21	21,08	31,21	123,3	-	
без_глюте	ена_1-4_2смена							
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	
-	Хлебец	Обед	49,22	1,5	0,65	8,81	6	
Итого			681,16	24,99	34,88	76,13	-	
без_лакто	эзы_1-4_1смена							
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	
-	Коврига (хлеб ржаной)	Завтрак	87,03	2,97	0,54	15,03	45	
-	Яблоко	Завтрак	33,62	0,72	0,72	17,64	180	
Итого			663,48	21,76	25,54	139,43	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
без_лакто	озы_1-4_2смена							
	Помидор свежий	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	
-	"Пикантный"	Обед	30,30	0,51	3,03	۷, <del>4</del>	25	
	Борщ с мясом со сметаной	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	
-	250/25/10	Обед	130,0	6,03	13,42	10,34	290	
_	Жаркое из мяса с овощами	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	
	с куркумой	Обед	310,41	14,03	11,57	31,33	230	
_	Компот из яблок с	Обед	69	0,1	_	16,1	200	
	сухофруктами	ООСД	03	0,1		10,1	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	
Итого			786,56	28,58	33,71	99,84	-	
Завтрак/і	полдник							
-	Булочка с маком	Завтрак	-	-	-	-	100	
-	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	
Итого			86,48	1	0,2	20,6	-	

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ							
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи				
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	17.04.2025 10:53:34	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE0				
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	17.04.2025 12:44:07	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F3:				
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гиг				

## Меню на 22.04.2025

	СВОБОДНЫЙ ВЫБОР									
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	е Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои		
Закуски										
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100			
-	Салат "Венгерский	Нет	0	0	0	0	100			
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100			
-	Салат "Рыжик"	Нет	0	0	0	0	100			
-	Салат из свеклы с сыром	Нет	0	0	0	0	100			
Супы										
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	290			
Гарниры										
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180			
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180			
-	Капуста цветная припущеная	Нет	0	0	0	0	150			

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	е Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	
-	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	
Блюда из	рыбы							
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	80	
Блюда из	з мяса							
-	Шницель из свинины н/р	Нет	0	0	0	0	75	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	
-	Жаркое по-домашнему с куркумой 75/200	Нет	399,05	15,13	17,72	46,02	275	
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
Блюда из	птицы							
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	0	0	0	0	100	
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	
Напитки								
-	Напиток из шиповника	Нет	55,74	0,24	0,1	55,74	200	
-	Компот "ассорти"	Нет	87,6	1,02	0,06	17,76	200	
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	
-	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	
Мучные і	изделия							
-	Булочка "Ореховая"	Нет	0	0	0	0	100	
-	Сдоба Выборгская	Нет	0	0	0	0	100	
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	
-	Кулебяка с яблоком	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	
-	Пирог песочный с крошкой	Нет	0	0	0	0	80	
-	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	
-	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	0	0	0	0	75	
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	0	0	0	0	75	
-	Булочка "Варюша" гл.	Нет	0	0	0	0	110	

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ									
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи						
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	17.04.2025 10:53:34	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE0						
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	17.04.2025 12:44:07	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F3;						