

Меню на 23.04.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
1-4_1смена								
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	23,03	0,3	1,82	1,44	15	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого			556,45	20,54	22,17	79,05	-	
1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого			791,94	24,57	28,84	116,35	-	
1-4_обед								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	
Итого			668,59	21,79	27,67	83,9	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
1-4_ОВЗ								
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	23,03	0,3	1,82	1,44	15	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого (завтрак)			556,45	20,54	22,17	79,05	-	
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого (обед)			791,94	24,57	28,84	116,35	-	
Итого			1 348,39	45,11	51,01	195,4	-	
5-11_ОВЗ								
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	
-	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Батон с отрубями	Завтрак	111,95	3,31	0,33	23,45	50	
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого (завтрак)			691,26	23,88	26,12	99,88	-	
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	280	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	275	
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого (обед)			841,35	26	29,64	124,86	-	
Итого			1 532,61	49,88	55,76	224,74	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
5-11_ОК-1_лг								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Ланч	69,08	0,91	5,45	4,31	45	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Ланч	353,71	14,8	16,51	36,71	275	
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	102,08	3,17	0,25	21,78	50	
Итого			578,83	19,06	22,23	76,76	-	
5-11_ОК-1_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Ланч	69,08	0,91	5,45	4,31	45	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Ланч	353,71	14,8	16,51	36,71	275	
-	Чай с сахаром	Ланч	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	102,08	3,17	0,25	21,78	50	
Итого			578,83	19,06	22,23	76,76	-	
5-11_ОК-2_лг								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	275	
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого			822,8	25,54	29,51	121,69	-	
5-11_ОК-2_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	275	
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого			822,8	25,54	29,51	121,69	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
5-11_СНС								
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/5/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	265	
-	Пирог песочный с крошкой	Обед	-	-	-	-	70	
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
Итого			280,14	6,04	9,09	45,79	-	
без_глютена_1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	
-	Филе птицы отварное соус томатный	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	
-	Овощи припущенные	Завтрак	126,9	2,65	4,43	12,6	150	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлебец	Завтрак	65,63	2	0,87	11,75	8	
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого			467,17	14,53	19,94	60,85	-	
без_глютена_1-4_2смена								
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	173,29	4,28	9,06	20,47	280	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	
-	Хлебец	Обед	90,24	2,75	1,2	16,16	11	
-	Яблоко	Обед	29,89	0,64	0,64	15,68	160	
Итого			735,32	23,19	27,41	110,11	-	
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	
-	Макароны отварные 180 м.р. н-	Завтрак	-	-	-	-	180	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого			420,87	16,35	18,17	59,38	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
без_лактозы_1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	
Итого			787,03	24,7	28,25	116,37	-	

Завтрак/полдник								
-	Пирог песочный с крошкой	Завтрак	-	-	-	-	70	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
Итого			53,96	0,18	0,02	13,96	-	

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	18.04.2025 10:49:12	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE01
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	18.04.2025 17:46:13	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F35
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ гимназия №39 "Французская ги	

Меню на 23.04.2025								
СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
Закуски								
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	
-	Салат "Рыжик"	Нет	0	0	0	0	100	
-	Салат "Венгерский"	Нет	0	0	0	0	100	
-	Салат из свеклы с сыром	Нет	0	0	0	0	100	
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	
Супы								
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/30/10	Нет	170,2	4,2	8,9	20,1	290	
Гарниры								
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	
-	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
-	Овощи припущенные	Нет	126,9	2,65	4,43	12,6	150	
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	80	
Блюда из мяса								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	275	
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	
Блюда из птицы								
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	0	0	0	0	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 изделия								
-	Булочка с маком	Нет	0	0	0	0	100	
-	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	0	0	0	0	75	
-	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	
-	Кулебяка с яблоком	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	
-	Сдоба Выборгская	Нет	0	0	0	0	100	
-	Булочка "Ореховая"	Нет	0	0	0	0	100	
-	Булочка "Варюша" гл.	Нет	0	0	0	0	110	
-	Коржик молочный	Нет	0	0	0	0	80	
-	Слойка с клубникой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	18.04.2025 10:49:12	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE01
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	18.04.2025 17:46:13	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F30