

Меню на 24.04.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
1-4_1смена								
-	Омлет натуральный с маслом 150/10	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	160	
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	40,83	1,27	0,1	8,71	20	
Итого			416,64	19,7	28,15	57,33	-	
1-4_2смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Макароны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	
-	Маффин	Обед	-	-	-	-	33	
Итого			852,23	27,13	34,01	107,57	-	
1-4_обед								
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	
Итого			840,47	27,65	32,99	107,03	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
1-4_ОВЗ								
-	Омлет натуральный с маслом 150/10	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	160	
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	40,83	1,27	0,1	8,71	20	
Итого (завтрак)			416,64	19,7	28,15	57,33	-	
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Макароны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Маффин	Обед	-	-	-	-	33	
Итого (обед)			852,23	27,13	34,01	107,57	-	
Итого			1 268,87	46,83	62,16	164,9	-	
5-11_ОВЗ								
-	Омлет натуральный с маслом сл 200/10	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	210	
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	
Итого (завтрак)			498,36	25,91	29,48	72,91	-	
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	
-	Маффин	Обед	-	-	-	-	33	
Итого (обед)			914,77	28,99	35,45	117,27	-	
Итого			1 413,13	54,9	64,93	190,18	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
5-11 ОК-1_лг								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	69,08	0,91	5,45	4,31	45	
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Макароны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Чай лимонный	Ланч	60	0,3	0,02	15,2	200	
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Ланч	102,08	3,17	0,25	21,78	50	
-	Печенье пшеничное	Ланч	50	2,5	3,5	25	24	
Итого			761,53	24,97	32,83	109,82	-	
5-11 ОК-1_рс								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	69,08	0,91	5,45	4,31	45	
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Макароны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Чай лимонный	Ланч	60	0,3	0,02	15,2	200	
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Ланч	102,08	3,17	0,25	21,78	50	
-	Печенье пшеничное	Ланч	50	2,5	3,5	25	24	
Итого			761,53	24,97	32,83	109,82	-	
5-11 ОК-2_лг								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	
Итого			913,6	29,86	39,29	131,37	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
5-11 ОК-2_рс								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	
Итого			913,6	29,86	39,29	131,37	-	
5-11_СНС								
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	
-	Сдоба "Маковая"	Обед	-	-	-	-	70	
Итого			240,29	5,69	8,9	39,9	-	
без глютена_1-4_1смена								
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	
-	Омлет натуральный с маслом 150/10	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	160	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	
Итого			408,63	19,43	28,49	54,5	-	
без глютена_1-4_2смена								
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Филе птицы отварное соус томатный	Обед	144,53	8,51	9,9	7,43	100	
-	Овощи припущенные	Обед	126,9	2,65	4,43	12,6	150	
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	
-	Хлебец	Обед	82,04	2,5	1,09	14,69	10	
-	Яблоко	Обед	54,17	1,16	1,16	28,42	290	
Итого			633,22	19,7	25,22	100,49	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Филе птицы отварное соус томатный	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	
-	Капуста тушеная	Завтрак	-	-	-	-	150	
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	
-	Яблоко	Завтрак	28,02	0,6	0,6	14,7	150	
Итого			416,26	14,53	13,37	71,69	-	

без_лактозы_1-4_2смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
-	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	
-	Макароньы отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	
-	Яблоко	Обед	28,02	0,6	0,6	14,7	150	
Итого			926,21	28,96	33,27	136,3	-	

Завтрак/полдник								
-	Сдоба "Маковая"	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
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	23.04.2025 14:34:57	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F3:
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	23.04.2025 14:05:42	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE0:
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская ги

Меню на 24.04.2025

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	

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
-	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-пюре из овощей с гречками 250/20	Нет	137,98	3,86	8,58	17,59	270	
Гарниры								
-	Овощи припущенные	Нет	126,9	2,65	4,43	12,6	150	
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	
-	Картофель запеченый	Нет	0	0	0	0	150	
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	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 из ягод	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	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	
-	Сдоба Выборгская	Нет	0	0	0	0	100	
-	Булочка "Ореховая"	Нет	0	0	0	0	100	

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
-	Булочка "Варюша" гл.	Нет	0	0	0	0	110	

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	23.04.2025 14:34:57	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F3:
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	23.04.2025 14:05:42	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE0: