

Меню на 25.04.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
1-4_1смена								
-	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
Итого			506,58	18,7	22,79	61,93	-	
1-4_2смена								
-	Уха рыбацкая 200/20	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	220	
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	
Итого			734,64	29,15	24,52	91,68	-	
1-4_обед								
-	Уха рыбацкая 200/5	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	205	
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	
Итого			606,82	25,5	24,32	65,13	-	
1-4_ОВЗ								
-	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
Итого (завтрак)			506,58	18,7	22,79	61,93	-	
-	Уха рыбацкая 200/15	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	215	
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	-	3,7	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	30,63	0,95	0,08	6,54	15	
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого (обед)			587,51	24,79	24,73	59,55	-	
Итого			1 094,09	43,49	47,52	121,48	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
5-11_ОВЗ								
-	Бутерброд с маслом 15/15	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	30	
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	
-	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,72	4,39	24,44	180	
-	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	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого (завтрак)			604,69	21,34	24,08	87,67	-	
-	Уха рыбацкая 200/20	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	220	
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Капуста тушеная.	Обед	132,48	3	4,78	17,53	180	
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	-	3,7	200	
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	40,83	1,27	0,1	8,71	20	
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого (обед)			619,79	25,61	25,55	64,64	-	
Итого			1 224,48	46,95	49,63	152,31	-	
5-11_ОК-1_лг								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Ланч	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Гуляш 50/50	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Пюре картофельное	Ланч	159,1	3,72	4,39	24,44	180	
-	Чай лимонный	Ланч	38,66	0,12	0,02	9,83	200	
-	Батон с отрубями	Ланч	78,37	2,32	0,23	16,42	35	
-	Хлеб ржаной	Ланч	48,35	1,65	0,3	8,35	25	
-	Яблоко	Ланч	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого			596,9	19,54	23,49	77,11	-	
5-11_ОК-1_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Ланч	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Гуляш 50/50	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Пюре картофельное	Ланч	159,1	3,72	4,39	24,44	180	
-	Чай лимонный	Ланч	38,66	0,12	0,02	9,83	200	
-	Батон с отрубями	Ланч	78,37	2,32	0,23	16,42	35	
-	Хлеб ржаной	Ланч	48,35	1,65	0,3	8,35	25	
-	Яблоко	Ланч	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого			596,9	19,54	23,49	77,11	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
5-11 ОК-2_лг								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	
-	Уха рыбацкая 250/25	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	275	
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	-	3,7	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого			739,83	28,87	27,23	87,23	-	
5-11 ОК-2_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	
-	Уха рыбацкая 250/25	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	275	
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	-	3,7	200	
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого			739,83	28,87	27,23	87,23	-	
5-11 СНС								
-	Уха рыбацкая 200/10	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	210	
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	
-	Булочка "Варюша" гл.	Обед	-	-	-	-	105	
Итого			192,31	9,79	4,5	26,71	-	
без_глутена_1-4_1смена								
-	Бутербро с сыром на хлебце 5/10	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	15	
-	Суфле "Рыбка" с соусом молочным	Завтрак	198	13,69	11,7	15,79	100	
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	
Итого			525,93	23,57	19,97	67,68	-	

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
без_глутена_1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	
-	Уха рыбацкая 200/15	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	215	
-	Голубцы ленивые	Обед	107,74	6,27	6,47	6,42	100	
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	
-	Компот "Здоровье"	Обед	41,44	0,01	-	3,7	200	
-	Хлебец	Обед	57,43	1,75	0,76	10,28	7	
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого			492,9	20,05	18,37	59,58	-	

без_лактозы_1-4_1смена								
-	Бутерброд с джемом 15/20	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	
-	Рыба припущенная	Завтрак	113,76	17,83	5,92	7,38	100	
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,1	3,66	20,37	150	
-	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	
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	
Итого			548,31	31,01	14,29	81,18	-	

без_лактозы_1-4_2смена								
-	Уха рыбацкая 200/5	Обед	124,64	8,68	4,3	11,87	205	
-	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	
-	Капуста тушеная.	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	150	
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	
Итого			643,29	26,08	24,91	79,13	-	

Завтрак/полдник								
-	Булочка "Варюша" гл.	Завтрак	-	-	-	-	105	
-	Компот "Здоровье"	Завтрак	41,44	0,01	-	3,7	200	
Итого			41,44	0,01	-	3,7	-	

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	22.04.2025 12:53:38	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE01
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	22.04.2025 14:51:25	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F3:
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская ги

Меню на 25.04.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
Закуски								

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	
-	Салат "Рыжик"	Нет	0	0	0	0	100	
-	Салат из крабовых палочек Морской	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	

Гарниры

-	Капуста цветная припущенная	Нет	0	0	0	0	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 запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	
-	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 "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	

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стои
-	Булочка "Ореховая"	Нет	0	0	0	0	100	
-	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	22.04.2025 12:53:38	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE01
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	22.04.2025 14:51:25	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F3: