

Меню на 20.05.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								
-	Бутерброд с сыром 25/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	40	21,80
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	59,00
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	14,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,10
Итого			729,77	25,99	28,66	134,86	-	108,64
1-4_2смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	57,91
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой 50/150	Обед	313,24	12,11	14,18	36,02	200	79,98
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,51
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
Итого			852,68	32,28	31,1	101,25	-	162,95
1-4_обед								
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	270	33,94
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой 50/150	Обед	313,24	12,11	14,18	36,02	200	79,98
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,19
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,68
Итого			757,34	29,57	28,21	88,99	-	127,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_ОВЗ								
-	Бутерброд с сыром 25/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	40	21,80
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	59,00
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	14,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,10
Итого (завтрак)			729,77	25,99	28,66	134,86	-	108,64
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	57,91
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой 50/150	Обед	313,24	12,11	14,18	36,02	200	79,98
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,51
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
Итого (обед)			852,68	32,28	31,1	101,25	-	162,95
Итого			1 582,45	58,27	59,76	236,11	-	271,59
5-11_ОВЗ								
-	Бутерброд с сыром 25/20	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	45	28,57
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	59,00
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	17,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,26
Итого (завтрак)			811,35	29,96	33,05	142,82	-	118,57
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,90
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	57,91
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	88,49
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,48
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
Итого (обед)			880,38	34,88	36,24	96,54	-	202,83
Итого			1 691,73	64,84	69,29	239,36	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
5-11 ОК-1_лг								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,90
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Ланч	310,41	14,65	14,57	31,33	250	88,49
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Ланч	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,46
Итого			567,85	19,65	22,39	114,24	-	128,56
5-11 ОК-1_рс								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	92,1	1,21	7,27	5,75	60	25,90
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Ланч	310,41	14,65	14,57	31,33	250	88,49
-	Напиток из шиповника	Ланч	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Ланч	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,46
Итого			567,85	19,65	22,39	114,24	-	128,56
5-11 ОК-2_лг								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	107,45	1,41	8,48	6,71	70	30,22
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	57,91
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	88,49
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,37
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,66
Итого			919,78	35,69	37,42	101,03	-	192,84
5-11 ОК-2_рс								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	107,45	1,41	8,48	6,71	70	30,22
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	57,91
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	88,49
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,19
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,37
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,66
Итого			919,78	35,69	37,42	101,03	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
5-11_СНС								
-	Борщ с капустой и картофелем, мясом со сметаной 25	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	45,88
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,19
-	Булочка с маком	Обед	-	-	-	-	85	14,93
Итого			332,15	14,15	13,7	29,52	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,57
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	59,00
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	14,98
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлебец	Завтрак	65,63	2	0,87	11,75	8	3,33
Итого			685,21	21,08	31,21	123,3	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	63,34
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	88,49
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,19
-	Хлебец	Обед	41,02	1,25	0,54	7,34	5	1,93
Итого			619,23	24,03	30,53	71,31	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	59,00
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	6,65
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Коврига (хлеб ржаной)	Завтрак	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,12
-	Яблоко	Завтрак	33,62	0,72	0,72	17,64	180	30,11
Итого			663,48	21,76	25,54	139,43	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	6,47
-	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	54,71
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Обед	310,41	14,65	14,57	31,33	250	88,49
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,19
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,09
Итого			693,12	25,93	32,04	85,02	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Завтрак/полдник								
-	Булочка с маком	Завтрак	-	-	-	-	85	14,93
-	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	25,07
Итого			86,48	1	0,2	20,6	-	40,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	15.05.2025 09:58:50	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	15.05.2025 10:41:50	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F33C89B
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"

Меню на 20.05.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Закуски								
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	50,13
-	Салат "Рыжик"	Нет	0	0	0	0	100	30,50
-	Салат из свеклы с сыром	Нет	0	0	0	0	100	45,38
-	Салат "Венгерский"	Нет	0	0	0	0	100	40,53
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	44,25
Гарниры								
-	Макаронны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,95
-	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	48,79
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,17
-	Капуста цветная припущенная	Нет	0	0	0	0	150	47,16
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	0	0	0	0	80	101,76
Блюда из мяса								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	59,00
-	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	Нет	310,41	14,65	14,57	31,33	250	88,49
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	75,20
-	Шницель из свинины н/р	Нет	0	0	0	0	75	70,58
Блюда из птицы								
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	60,05
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	105,28
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,47

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	0	0	0	0	100	84,41
Напитки								
-	Напиток из шиповника	Нет	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Компот "ассорти"	Нет	87,6	1,02	0,06	17,76	200	23,51
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	25,32
-	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	6,21
Мучные изделия								
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	0	0	0	0	75	31,53
-	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	0	0	0	0	75	34,33
-	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	21,66
-	Пирог песочный с крошкой	Нет	0	0	0	0	80	43,82
-	Кулебяка с яблоком	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	20,41
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	24,98
-	Сдоба Выборгская	Нет	0	0	0	0	100	17,50
-	Булочка "Ореховая"	Нет	0	0	0	0	100	28,25
-	Булочка "Варюша" гл.	Нет	0	0	0	0	110	23,55

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	15.05.2025 09:58:50	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	15.05.2025 10:41:50	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F33C89B