

Меню на 22.05.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_1смена								
-	Омлет натуральный с маслом 150/10	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	160	62,21
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,40
Итого			463,52	21,08	28,25	67,29	-	108,64
1-4_2смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	63,55
-	Макароны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	21,88
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	15,17
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,40
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,19
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	22	10,40
Итого			1 205,44	37,22	52,07	142,03	-	162,95
1-4_обед								
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	63,55
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	26,24
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,36
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,50
Итого			841,01	27,63	32,95	107,54	-	127,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
1-4_ОВЗ								
-	Омлет натуральный с маслом 150/10	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	160	62,21
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,40
Итого (завтрак)			463,52	21,08	28,25	67,29	-	108,64
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	63,55
-	Макароны отварные с овощами	Обед	216	6	6,6	31,8	150	21,88
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	15,17
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,19
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,40
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	22	10,40
Итого (обед)			1 205,44	37,22	52,07	142,03	-	162,95
Итого			1 668,96	58,3	80,32	209,32	-	271,59
5-11_ОВЗ								
-	Омлет натуральныйс маслом сл 200/10	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	210	67,09
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
Итого (завтрак)			504,4	26,03	29,48	74,15	-	113,85
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,59
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	99,78
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	26,24
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	14,33
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,01
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого (обед)			1 183,14	33,68	44,02	160,83	-	207,55
Итого			1 687,54	59,71	73,5	234,98	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
5-11 ОК-1_лр								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	63,55
-	Макароны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	26,24
-	Чай лимонный	Ланч	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,40
-	Вафли	Ланч	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			914,98	26,12	33,63	122,69	-	128,56
5-11 ОК-1_рс								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Ланч	61,4	0,81	4,85	3,83	40	17,27
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Ланч	221,17	10,89	15,69	5,37	100	63,55
-	Макароны отварные с овощами	Ланч	259,2	7,2	7,92	38,16	180	26,24
-	Чай лимонный	Ланч	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Ланч	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,40
-	Вафли	Ланч	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			914,98	26,12	33,63	122,69	-	128,56
5-11 ОК-2_лр								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Суп-пюре из овощей с грёнками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	99,78
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	26,24
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	15,17
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,58
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 057,38	30,67	40,02	142,57	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
5-11 ОК-2_рс								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	150	99,78
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	26,24
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	15,17
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,58
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 057,38	30,67	40,02	142,57	-	192,84
5-11_СНС								
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,91
-	Пирог к чаю	Обед	-	-	-	-	60	33,30
Итого			246,33	5,81	8,9	41,14	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Омлет натуральный с маслом 150/10	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	160	62,21
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлебец	Завтрак	65,63	2	0,87	11,75	8	3,40
Итого			447,48	20,55	28,92	61,61	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Филе птицы отварное соус томатный	Обед	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,76
-	Овощи припущенные	Обед	126,9	2,65	4,43	12,6	150	25,31
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	14,33
-	Хлебец	Обед	90,24	2,75	1,2	16,16	11	4,94
-	Яблоко	Обед	54,17	1,16	1,16	28,42	290	48,52
Итого			641,42	19,95	25,33	101,96	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Филе птицы отварное соус томатный	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	41,76
-	Капуста тушеная	Завтрак	-	-	-	-	150	23,59
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	8,63
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,32
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,19
-	Яблоко	Завтрак	28,02	0,6	0,6	14,7	150	25,10
Итого			405,07	14,2	13,34	69,35	-	108,64

без_лактозы_1-4_2смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	10,79
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
-	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	54,01
-	Макароны отварные с овощами	Обед	259,2	7,2	7,92	38,16	180	23,00
-	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	14,33
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,52
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
-	Яблоко	Обед	28,02	0,6	0,6	14,7	150	25,10
Итого			946,62	29,6	33,32	140,65	-	162,95

Завтрак/полдник								
-	Пирог к чаю	Завтрак	-	-	-	-	60	33,30
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
Итого			60	0,3	0,02	15,2	-	40,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	19.05.2025 22:07:30	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F33C89B
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.05.2025 16:19:57	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	

Меню на 22.05.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Закуски								
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	0	0	0	0	100	44,25
-	Салат из свеклы с сыром	Нет	0	0	0	0	100	45,41
-	Салат "Венгерский	Нет	0	0	0	0	100	40,53
-	Салат "Рыжик"	Нет	0	0	0	0	100	31,01

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	Салат "Столичный"	Нет	0	0	0	0	100	50,13
Супы								
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Нет	137,98	3,86	8,58	17,59	270	28,09
Гарниры								
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,17
-	Картофель запеченый	Нет	0	0	0	0	150	40,59
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	26,48
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Овощи припущенные	Нет	126,9	2,65	4,43	12,6	150	43,66
Блюда из мяса								
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	57,60
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	275	102,86
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	59,00
Блюда из птицы								
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	0	0	0	0	100	84,41
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	0	0	0	0	100	89,47
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	105,28
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	60,05
Напитки								
-	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,71
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,16
-	Компот из ягод	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	200	15,17
-	Напиток из шиповника	Нет	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
Мучные изделия								
-	Булочка "Варюша" гл.	Нет	0	0	0	0	110	23,55
-	Булочка "Ореховая"	Нет	0	0	0	0	100	28,25
-	Сдоба Выборгская	Нет	0	0	0	0	100	17,50
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
-	Кулебяка с яблоком	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	20,41
-	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	22,53
-	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	0	0	0	0	75	35,76
-	Булочка с маком	Нет	0	0	0	0	100	21,03

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	19.05.2025 22:07:30	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F33C89B
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.05.2025 16:19:57	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D