

Меню на 04.09.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	66,97
-	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	37,07
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,55
Итого			531,05	13,72	16,47	85,93	-	108,64
1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	45,56
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	57,94
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	21,01
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,87
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 058,55	40,89	44,95	128,2	-	162,95
1-4_обед								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	39,36
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	57,94
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	20,97
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
Итого			748,38	35,59	35,72	75,11	-	127,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	66,97
-	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	37,07
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,55
Итого (завтрак)			531,05	13,72	16,47	85,93	-	108,64
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	45,56
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	57,94
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	21,01
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,87
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого (обед)			1 058,55	40,89	44,95	128,2	-	162,95
Итого			1 589,6	54,61	61,42	214,13	-	271,59
5-11_ОВЗ								
-	Запеканка из творога с молоком сгущ. 100/30	Завтрак	209,25	10,9	9,6	22,7	130	80,89
-	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	37,07
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,66
Итого (завтрак)			657,03	21,3	21,02	98,17	-	125,67
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	45,56
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	85,38
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,20
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,55
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,66
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,66
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого (обед)			1 196,41	45,37	45,75	156,49	-	195,73
Итого			1 853,44	66,67	66,77	254,66	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-1_лг								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	85,38
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак 2	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,20
-	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,53
-	Вафли	Завтрак 2	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			763,07	26,97	30,59	118,73	-	128,56
5-11 ОК-1_рс								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	85,38
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак 2	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,20
-	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,53
-	Вафли	Завтрак 2	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			763,07	26,97	30,59	118,73	-	128,56
5-11 ОК-2_лг								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	45,56
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	85,38
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,20
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,73
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,19
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 153,09	44,28	45,11	147,8	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-2_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	45,56
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	85,38
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,20
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,73
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,19
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 153,09	44,28	45,11	147,8	-	192,84
5-11_СНС								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	265	30,00
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Пирожок с яблоком сл.	Обед	45	2,25	3,15	22,5	90	28,32
Итого			400,79	17,35	14,87	54,09	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
-	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	37,07
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	66,97
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	4	1,55
Итого			519,09	13,4	16,78	82,43	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	45,56
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	57,94
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	18,17
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлебец	Обед	82,04	2,5	1,09	14,69	10	4,50
-	Яблоко	Обед	28,02	0,6	0,6	14,7	150	25,10
Итого			825,38	37,21	37,27	99,47	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак	177,7	14,7	16,06	7,74	100	57,94
-	Картофель отварной	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,15
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
Итого			513,39	21,12	22,96	82,03	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	23,12
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	45,56
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	57,94
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,80
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,66
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	2,87
Итого			915,25	38,4	44,59	97,23	-	162,95
Завтрак/полдник								
-	Пирожок с яблоком сл.	Завтрак	45	2,25	3,15	22,5	90	28,32
-	Компот из кураги	Завтрак	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
Итого			133,19	2,97	3,18	45,74	-	40,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	28.08.2025 17:08:47	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	28.08.2025 18:04:08	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F33C89B

Меню на 04.09.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
-	Салат "Рыжик"	Нет	-	-	-	-	100	30,97
-	Салат из свеклы с сыром	Нет	-	-	-	-	100	45,41
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	50,61
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	40,53
Гарниры								
-	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,86
-	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	25,20
-	Капуста цветная припущеная	Нет	-	-	-	-	150	47,16
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	80	101,76
Блюда из мяса								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	60,77
-	Плов из филе кур 250	Нет	358,81	18,82	22,57	49,62	250	80,17
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	59,97
Блюда из птицы								
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	89,47
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	-	-	-	-	100	84,41
-	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	110,69
Напитки								
-	Компот из кураги	Нет	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Чай лимонный	Нет	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
Мучные изделия								
-	Булочка с маком	Нет	-	-	-	-	100	21,03
-	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	22,58
-	Кулебяка с яблоком	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	20,63
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,33

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
-	Пирожок печ.с мясом рисом	Нет	247,33	7	8,07	37,2	100	36,88
-	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	19,22
-	Шаньга с картофелем	Нет	-	-	-	-	100	23,17
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,44
-	Сдоба Выборгская	Нет	-	-	-	-	100	17,59
-	Булочка "Ореховая"	Нет	-	-	-	-	100	28,56
-	Булочка "Варюша" гл.	Нет	-	-	-	-	110	21,68
-	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	-	-	-	-	75	34,33

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	28.08.2025 17:08:47	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ВЕЛИЖАНИНА ВИКТОРИЯ СТАНИСЛАВОВНА	28.08.2025 18:04:08	32A1992DEA7342D8820DE1142F37544A2F33C89B