

Меню на 10.09.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
-	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	74,46
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,02
Итого			577,47	21,01	23,57	73,08	-	108,64
1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	17,34
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	45,41
-	Плов с мясом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	73,59
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,56
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 016,83	28,02	36,06	143,68	-	162,95
1-4_обед								
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	39,19
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	77,66
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,29
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
Итого			683,3	22,53	25,85	91,25	-	127,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
-	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	74,46
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,02
Итого (завтрак)			577,47	21,01	23,57	73,08	-	108,64
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	17,34
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	45,41
-	Плов с мясом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	73,59
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,56
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого (обед)			1 016,83	28,02	36,06	143,68	-	162,95
Итого			1 594,3	49,03	59,63	216,76	-	271,59
5-11_ОВЗ								
-	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	74,46
-	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,66
Итого (завтрак)			653,49	23,2	24,43	87,17	-	111,68
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	15,41
-	Суп из овощей со сметаной с гренками (мясо) 250/30	Обед	292,5	17,8	16,1	23,05	290	60,01
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	275	106,31
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	3,94
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого (обед)			1 156,04	42,51	42,96	152,49	-	209,72
Итого			1 809,53	65,71	67,39	239,66	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_лг								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак 2	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Завтрак 2	353,71	14,8	16,51	36,71	275	106,31
-	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,15
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,86
-	Вафли	Завтрак 2	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			721,34	21,62	23,59	105,85	-	128,56
5-11_ОК-1_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак 2	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Завтрак 2	353,71	14,8	16,51	36,71	275	106,31
-	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,15
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,86
-	Вафли	Завтрак 2	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			721,34	21,62	23,59	105,85	-	128,56
5-11_ОК-2_лг								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	45,41
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	275	106,31
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,26
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,27
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 015,44	28,38	34,89	145,57	-	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	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	45,41
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	275	106,31
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,26
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,27
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 015,44	28,38	34,89	145,57	-	192,84
5-11_СНС								
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,39
-	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/5/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	265	26,61
-	Пирог песочный с крошкой	Обед	-	-	-	-	70	36,95
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Итого			313,72	7,03	9,18	52,82	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	61,4	0,81	4,85	3,83	40	15,41
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	65,16
-	Картофель отварной с м.р.	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
-	Хлебец	Завтрак	49,22	1,5	0,65	8,81	6	2,43
Итого			521,08	17,38	24,8	64,27	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	45,41
-	Плов с мясом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	73,59
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлебец	Обед	73,83	2,25	0,98	13,22	9	3,81
-	Яблоко	Обед	31,76	0,68	0,68	16,66	170	28,44
Итого			726,69	22,65	26,87	108,48	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	69,08	0,91	5,45	4,31	45	17,34
-	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	74,46
-	Макароны отварные 180 м.р. н-	Завтрак	-	-	-	-	150	5,16
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	123,15	3,64	0,36	25,8	55	4,98
Итого			442,23	16,85	18,96	54,51	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_лактозы_1-4_2смена								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	45,41
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	77,66
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,26
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,33
-	Яблоко	Обед	25,22	0,54	0,54	13,23	135	22,59
Итого			775,8	24,46	26,29	117,1	-	162,95
Завтрак/полдник								
-	Пирог песочный с крошкой	Завтрак	-	-	-	-	70	36,95
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Итого			53,96	0,18	0,02	13,96	-	40,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	05.09.2025 14:59:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	05.09.2025 19:06:23	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 10.09.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
-	Салат "Крабовый"	Нет	-	-	-	-	100	42,72
-	Салат "Аппетитный"	Нет	-	-	-	-	100	15,74
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	53,04
Супы								
-	Суп из овощей со сметаной с гренками (мясо) 250/30	Нет	292,5	17,8	16,1	23,05	290	60,01
Гарниры								
-	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	17,98
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	100	100,37
Блюда из мяса								
-	Язык отварной	Нет	110,34	16,7	4,72	0,27	50	63,07
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	59,97
-	Котлета мясная	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	64,51
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	77,66
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	61,95
Блюда из птицы								
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	110,69
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	-	-	-	-	100	91,39
Напитки								
-	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,72
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Компот из кураги и изюма	Нет	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
Мучные изделия								
-	Пирожок слоеный с повидлом	Нет	-	-	-	-	100	30,84
-	Пирожок с яблоком сл.	Нет	50	2,5	3,5	25	100	31,49
-	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	27,99
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	24,58

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,33
-	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	75	24,71
-	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	19,22
-	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	20,18
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	36,34
-	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	51,31

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	05.09.2025 14:59:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	05.09.2025 19:06:23	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211