

Меню на 18.09.2025

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	35,70
-	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	2,92
Итого			557,73	14,62	16,52	91,8	-	108,64
1-4_2смена								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	60,24
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,79
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			918,94	44,77	44,59	114,3	-	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	40,75
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	17,88
-	Чай с лимоном	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,85
Итого			783,83	36,99	36,17	78,74	-	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	35,70
-	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	2,92
Итого (завтрак)			557,73	14,62	16,52	91,8	-	108,64
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/5	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	280	50,00
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
-	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,49
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			893,02	43,56	41,77	107,83	-	162,95
Итого			1 450,75	58,18	58,29	199,63	-	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	35,70
-	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	-	124,30
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	45,18
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
-	Картофель отварной	Обед	199,8	3,47	7,38	34,16	180	37,20
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,07
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	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
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			989,7	42,25	39,38	140,35	-	197,10
Итого			1 646,73	63,55	60,4	238,52	-	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	86,20
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак 2	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Чай с лимоном	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,50
-	Вафли	Завтрак 2	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			756,75	26,82	30,7	115,76	-	128,56

5-11 ОК-1_рс								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак 2	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Чай с лимоном	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,50
-	Вафли	Завтрак 2	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			756,75	26,82	30,7	115,76	-	128,56

5-11 ОК-2_лг								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	60,24
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 096,18	46,76	46,32	127,94	-	192,84

5-11 ОК-2_рс								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	60,24
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Вафли	Обед	211,13	3,75	4,9	38,35	22	10,40
Итого			1 096,18	46,76	46,32	127,94	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	265	29,75
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,47
-	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	26,10
Итого			462,04	19,25	15,02	67,16	-	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	35,70
-	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	20,19	0,62	0,27	3,62	4	2,92
Итого			506,46	13,02	16,61	80,17	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/5	Обед	272,47	14,64	11,9	8,5	280	47,43
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	17,88
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлебец	Обед	40,39	1,23	0,54	7,23	8	5,58
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			784,86	36,12	36,85	90,2	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
-	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 ржаной	Завтрак	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,62
-	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			490,13	20,6	23,17	74,6	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_лактозы_1-4_2смена								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	60,24
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	9,55
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,66
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,63
-	Яблоко	Обед	21,48	0,46	0,46	11,27	115	19,24
Итого			874,47	42,5	40,04	98,78	-	162,95

Завтрак/полдник								
-	Пирожок с яблоком сл.	Завтрак	45	2,25	3,15	22,5	90	26,10
-	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
Итого			131,48	3,25	3,35	43,1	-	50,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	16.09.2025 12:22:31	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	16.09.2025 15:08:34	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 18.09.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
-	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	30,01
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	53,10
Супы								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/5	Нет	323,6	19,78	15,49	8,35	280	50,00
Гарниры								
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,39
-	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
-	Овощи "Весенние" припущенные	Нет	-	-	-	-	100	24,10
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	80	101,71
Блюда из мяса								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	66,08
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	77,66
-	Биточек мясной с отрубями	Нет	216	10,6	12,4	12,9	100	59,54
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	64,10
Блюда из птицы								
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	65,95
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	111,57
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 с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,72
Мучные изделия								
-	Пирожок слоеный с повидлом	Нет	-	-	-	-	100	31,05
-	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	27,99
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,33
-	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	100	32,96

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
-	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	53,07
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	126	8	8,6	4,07	100	50,96
-	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	19,22
-	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	20,18

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	16.09.2025 12:22:31	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	16.09.2025 15:08:34	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211