

Меню на 02.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_1смена								
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	67,15
-	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	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,74
Итого			547,52	14,3	16,49	89,62	-	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	59,19
-	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 крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,27
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого			835,95	38,55	36,23	90,65	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_ОВЗ								
-	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	67,15
-	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	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,74
Итого (завтрак)			547,52	14,3	16,49	89,62	-	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	59,22
-	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	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,90
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			883,35	43,23	41,71	106,16	-	162,95
Итого			1 430,87	57,53	58,2	195,78	-	271,59
5-11_ОВЗ								
-	Запеканка из творога с молоком сгущ. 100/30	Завтрак	209,25	10,9	9,6	22,7	130	81,07
-	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	-	124,48
-	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	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	1,98
-	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)			988,17	42,24	39,4	139,67	-	196,92
Итого			1 645,2	63,54	60,42	237,84	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-1_лг								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	87,03
-	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	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,29
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			625,71	26,54	29,42	108,44	-	128,56
5-11_ОК-1_pc								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	87,03
-	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	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,29
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			625,71	26,54	29,42	108,44	-	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 крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,00
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			986,09	47,09	45,04	125,48	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-2_pc								
-	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 крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,00
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			986,09	47,09	45,04	125,48	-	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	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	67,15
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлебец	Завтрак	26,25	0,8	0,35	4,7	4	2,74
Итого			512,52	13,2	16,69	81,25	-	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	59,07	1,8	0,78	10,58	9	5,58
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			803,54	36,69	37,09	93,55	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,19
-	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	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,06
-	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			480,46	20,27	23,11	72,93	-	108,64
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	59,19
-	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	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,07
-	Яблоко	Обед	21,48	0,46	0,46	11,27	115	19,24
Итого			864,26	42,19	40,02	96,6	-	162,95
Завтрак								
-	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
Полдник								
-	Шаньга со сметаной	Полдник	30	1,5	2,35	0,25	100	25,68
-	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Нектарины	Полдник	35,73	0,77	0,77	18,74	153	40,05
Итого			152,21	3,27	3,32	39,59	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	01.10.2025 15:01:31	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	01.10.2025 16:44:21	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 02.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
Закуски								
-	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	30,01
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	53,65
Супы								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Нет	317,92	19,43	15,22	8,2	280	50,00
Гарниры								
-	Овощи "Весенние" припущеные	Нет	-	-	-	-	100	22,30
-	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	18,39
-	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	-	-	-	-	80	101,71
Блюда из мяса								
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	64,23
-	Биточек мясной с отрубями	Нет	216	10,6	12,4	12,9	100	59,67
-	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	66,08
Блюда из птицы								
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	112,37
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,08
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	Нет	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
Мучные изделия								
-	Пирожок слоеный с повидлом	Нет	-	-	-	-	100	29,28
-	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	28,34
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,68
-	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	100	31,16

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
-	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	19,85
-	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	20,20
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	126	8	8,6	4,07	100	51,49
-	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	53,71

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	01.10.2025 15:01:31	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	01.10.2025 16:44:21	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211