

## Меню на 06.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4_1смена</b>								
-	Бутерброд с маслом сыром 20/10/20	Завтрак	199,67	7,7	13,28	11,81	50	48,70
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,43
-	Кофеинный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	10,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,13
-	Нектарины	Завтрак	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>606,4</b>	<b>19,75</b>	<b>24,59</b>	<b>84,97</b>	-	<b>108,64</b>
<b>1-4_2смена</b>								
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	270	39,95
-	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	59,43
-	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,56
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	13,78
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,31
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,26
-	Нектарины	Обед	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>872,63</b>	<b>32,13</b>	<b>28,74</b>	<b>130,74</b>	-	<b>162,95</b>
<b>1-4_обед</b>								
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/10	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	260	26,61
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Обед	216	16,3	11,4	12,9	150	72,90
-	Рис припущеный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,96
-	Чай с лимоном	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,62
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
<b>Итого</b>			<b>895,61</b>	<b>38,07</b>	<b>25,88</b>	<b>123,52</b>	-	<b>130,88</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4_Обз</b>								
-	Бутерброд с маслом сыром 20/10/20	Завтрак	199,67	7,7	13,28	11,81	50	48,70
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,43
-	Кофеинный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	10,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,13
-	Нектарины	Завтрак	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>606,4</b>	<b>19,75</b>	<b>24,59</b>	<b>84,97</b>	-	<b>108,64</b>
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/15	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	265	33,27
-	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	59,43
-	Рис припущеный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,96
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	13,84
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,42
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Яблоко	Обед	25,22	0,54	0,54	13,23	135	22,59
<b>Итого (обед)</b>			<b>917,57</b>	<b>33,35</b>	<b>31,29</b>	<b>135,16</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Итого</b>			<b>1 523,97</b>	<b>53,1</b>	<b>55,88</b>	<b>220,13</b>	-	<b>271,59</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11_ОВЗ</b>								
-	Бутерброд с маслом сыром 25/10/30	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	65	63,03
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,43
-	Кофеинный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	10,72
-	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,19
-	Нектарины	Завтрак	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>673,77</b>	<b>22,49</b>	<b>26,14</b>	<b>95,19</b>	-	<b>125,03</b>
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	23,12
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	53,29
-	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	59,43
-	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,56
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	12,62
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,17
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,43
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
<b>Итого (обед)</b>			<b>968,53</b>	<b>33,39</b>	<b>36,04</b>	<b>138,71</b>	-	<b>196,37</b>
<b>Итого</b>			<b>1 642,3</b>	<b>55,88</b>	<b>62,18</b>	<b>233,9</b>	-	<b>321,40</b>
<b>5-11_ОК-1_лг</b>								
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Завтрак 2	216	16,3	11,4	12,9	150	72,90
-	Рис припущеный с томатом	Завтрак 2	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,56
-	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,79
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Нектарины	Завтрак 2	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>600,87</b>	<b>24,21</b>	<b>17,3</b>	<b>94,31</b>	-	<b>128,56</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11_ОК-1_рс</b>								
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Завтрак 2	216	16,3	11,4	12,9	150	72,90
-	Рис припущеный с томатом	Завтрак 2	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,56
-	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,79
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
-	Нектарины	Завтрак 2	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>600,87</b>	<b>24,21</b>	<b>17,3</b>	<b>94,31</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11_ОК-2_лг</b>								
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	53,29
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Обед	216	16,3	11,4	12,9	150	72,90
-	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,56
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	12,62
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,73
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,45
-	Нектарины	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	100	26,29
<b>Итого</b>			<b>972,67</b>	<b>39,67</b>	<b>27,2</b>	<b>143,01</b>	-	<b>192,84</b>
<b>5-11_ОК-2_рс</b>								
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	53,29
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Обед	216	16,3	11,4	12,9	150	72,90
-	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,56
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	12,62
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,73
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,45
-	Нектарины	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	100	26,29
<b>Итого</b>			<b>972,67</b>	<b>39,67</b>	<b>27,2</b>	<b>143,01</b>	-	<b>192,84</b>
<b>5-11_СНС</b>								
-	Суп картофельный с горохом с гренками 200/20	Обед	131,24	4,43	4,45	16,63	220	13,76
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	12,92
-	Пирожок слоеный с ягодами	Обед	-	-	-	-	100	43,32
<b>Итого</b>			<b>218,84</b>	<b>5,45</b>	<b>4,51</b>	<b>34,39</b>	-	<b>70,00</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>без_глютена_1-4_1смена</b>								
-	Бутерброд с маслом сыром на хлебце 5/10/20	Завтрак	113,76	6,36	7,44	7,38	35	44,86
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,43
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	5	3,54
-	Нектарины	Завтрак	26,85	0,57	0,57	14,09	115	30,11
<b>Итого</b>			<b>471,73</b>	<b>15,11</b>	<b>16</b>	<b>79,4</b>	-	<b>108,64</b>
<b>без_глютена_1-4_2смена</b>								
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	270	39,95
-	Мясо отварное соус	Обед	-	-	-	-	100	67,72
-	Рис припущеный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,96
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	12,62
-	Хлебец	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	6	3,79
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
<b>Итого</b>			<b>603,02</b>	<b>18,9</b>	<b>14,8</b>	<b>100,36</b>	-	<b>162,95</b>
<b>без_лактозы_1-4_1смена</b>								
-	Митболы из мяса с отрубями	Завтрак	165,4	10,23	13,25	10,37	100	59,43
-	Каша ячневая вязкая	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	12,16
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,06
-	Нектарины	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	100	26,29
<b>Итого</b>			<b>587,81</b>	<b>20,89</b>	<b>21,6</b>	<b>95,78</b>	-	<b>108,64</b>
<b>без_лактозы_1-4_2смена</b>								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	270	39,95
-	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	59,43
-	Рис припущеный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,96
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	12,62
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,38
-	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
<b>Итого</b>			<b>861,82</b>	<b>31,5</b>	<b>30,2</b>	<b>127,38</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Завтрак</b>								
-	Пирожок слоеный с ягодами	Завтрак	-	-	-	-	100	43,32
-	Чай с лимоном	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
<b>Итого</b>			<b>60</b>	<b>0,3</b>	<b>0,02</b>	<b>15,2</b>	-	<b>50,00</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Полдник</b>								
-	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Пирог к чаю	Полдник	-	-	-	-	80	43,43
-	Нектарины	Полдник	19,85	0,42	0,42	10,41	85	22,30
<b>Итого</b>			<b>106,33</b>	<b>1,42</b>	<b>0,62</b>	<b>31,01</b>	-	<b>89,63</b>

### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	06.10.2025 09:13:49	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	06.10.2025 09:31:09	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

## Меню на 06.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Закуски</b>								
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	53,90
<b>Гарниры</b>								
-	Рис припущеный с томатом	Нет	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,56
-	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 запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
<b>Блюда из рыбы</b>								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	80	80,38
<b>Блюда из мяса</b>								
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	64,74
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	77,66
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Нет	216	16,3	11,4	12,9	150	72,90
-	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	91,74
<b>Блюда из птицы</b>								
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	68,20
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	112,37
<b>Напитки</b>								
-	Компот из ягод "Ассорти"	Нет	87,6	1,02	0,06	17,76	200	13,84
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
<b>Мучные изделия</b>								
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	126	8	8,6	4,07	100	66,41
-	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	29,47
-	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	100	31,16
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,68
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,07

## ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	06.10.2025 09:13:49	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	06.10.2025 09:31:09	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211