

Меню на 08.10.2025

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	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	76,15
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	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
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,24
Итого			569,8	20,91	22,96	72,61	-	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	47,28
-	Плов из мяса с томатом 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	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,15
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			858,75	26,77	34,6	131,68	-	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	40,58
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	77,49
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,16
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
Итого			724,14	23,8	25,96	99,97	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>1-4_ОВЗ</b>								
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	76,15
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	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
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,24
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>569,8</b>	<b>20,91</b>	<b>22,96</b>	<b>72,61</b>	-	<b>108,64</b>
-	Помидор 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	47,28
-	Плов из мяса с томатом 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	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,15
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
<b>Итого (обед)</b>			<b>858,75</b>	<b>26,77</b>	<b>34,6</b>	<b>131,68</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Итого</b>			<b>1 428,55</b>	<b>47,68</b>	<b>57,56</b>	<b>204,29</b>	-	<b>271,59</b>
<b>5-11_ОВЗ</b>								
-	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	85,44
-	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
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>653,49</b>	<b>23,2</b>	<b>24,43</b>	<b>87,17</b>	-	<b>122,66</b>
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Суп из овощей со сметаной с гренками (мясо) 250/30	Обед	292,5	17,8	16,1	23,05	290	61,27
-	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	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,55
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,05
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
<b>Итого (обед)</b>			<b>909,76</b>	<b>39,2</b>	<b>38,94</b>	<b>126,18</b>	-	<b>198,74</b>
<b>Итого</b>			<b>1 563,25</b>	<b>62,4</b>	<b>63,37</b>	<b>213,35</b>	-	<b>321,40</b>

№ 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	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Плов с мясом с куркумой	Завтрак 2	485,71	20,35	22,69	51,15	275	106,51
-	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	1,28
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,86
-	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			699,88	26,02	28,97	107,42	-	128,56
5-11_ОК-1_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Плов с мясом с куркумой	Завтрак 2	485,71	20,35	22,69	51,15	275	106,51
-	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	1,28
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,86
-	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			699,88	26,02	28,97	107,42	-	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	47,28
-	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	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,64
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			863,98	27,46	33,55	133,89	-	192,84
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	47,28
-	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	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,64
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			863,98	27,46	33,55	133,89	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>5-11_СНС</b>								
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,59
-	Суп из овощей с зел.гор. со сметаной 250/5	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	255	18,41
-	Пирог песочный с крошкой	Обед	-	-	-	-	90	46,95
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
<b>Итого</b>			<b>277,94</b>	<b>5,7</b>	<b>8,85</b>	<b>44,14</b>	-	<b>70,00</b>
<b>без_глютена_1-4_1смена</b>								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	68,20
-	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	32,82	1	0,44	5,88	5	3,25
<b>Итого</b>			<b>489,33</b>	<b>16,68</b>	<b>23,38</b>	<b>60,38</b>	-	<b>108,64</b>
<b>без_глютена_1-4_2смена</b>								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	47,28
-	Плов из мяса с томатом 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	45,94	1,4	0,61	8,23	7	4,45
-	Яблоко	Обед	28,95	0,62	0,62	15,19	155	25,93
<b>Итого</b>			<b>695,99</b>	<b>21,74</b>	<b>26,44</b>	<b>102,02</b>	-	<b>162,95</b>
<b>без_лактозы_1-4_1смена</b>								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	85,44
-	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	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,64
<b>Итого</b>			<b>370,26</b>	<b>15,35</b>	<b>15,83</b>	<b>45,08</b>	-	<b>108,64</b>
<b>без_лактозы_1-4_2смена</b>								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	47,28
-	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	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,55
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,17
-	Яблоко	Обед	25,22	0,54	0,54	13,23	135	22,59
<b>Итого</b>			<b>736,58</b>	<b>23,15</b>	<b>26,08</b>	<b>109,91</b>	-	<b>162,95</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Завтрак</b>								
-	Пирог песочный с крошкой	Завтрак	-	-	-	-	90	46,95
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
<b>Итого</b>			<b>53,96</b>	<b>0,18</b>	<b>0,02</b>	<b>13,96</b>	-	<b>50,00</b>
<b>Полдник</b>								
-	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Булочка "Ореховая"	Полдник	-	-	-	-	100	29,20
-	Яблоко	Полдник	41,1	0,88	0,88	21,56	220	36,53
<b>Итого</b>			<b>127,58</b>	<b>1,88</b>	<b>1,08</b>	<b>42,16</b>	-	<b>89,63</b>

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	07.10.2025 10:27:04	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	07.10.2025 11:42:20	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 08.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	54,06
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Сельдь с картофелем 30/70/5/1	Нет	-	-	-	-	106	34,76
Супы								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Нет	179,2	4,2	8,7	20,8	267	47,28
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 запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	100	100,48
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
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	65,75
Блюда из птицы								
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	-	-	-	-	100	93,18
-	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
Напитки								
-	Компот из кураги и изюма	Нет	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	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								
-	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	61,56
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	49,76
-	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	37,38
-	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	29,47

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
-	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	75	23,37
-	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	25,14
-	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	37,59
-	Пирожок с яблоком сл.	Нет	50	2,5	3,5	25	100	29,68
-	Пирожок слоеный с повидлом	Нет	-	-	-	-	100	29,28

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	07.10.2025 10:27:04	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	07.10.2025 11:42:20	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211