

Меню на 09.10.2025

| ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ | | | | | | | | |
|------------------------|--------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|----------|---------------|
| № рец. | Блюдо | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, ₽ |
| 1-4_1смена | | | | | | | | |
| - | Омлет натуральный с маслом сл 200/5 | Завтрак | 281,64 | 19,45 | 21,2 | 22,32 | 205 | 67,09 |
| - | Йогурт 2,5% | Завтрак | 73,2 | 3,63 | 8 | 17,87 | 125 | 36,33 |
| - | Чай с сахаром | Завтрак | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | 3,05 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Завтрак | 51,04 | 1,58 | 0,12 | 10,89 | 25 | 2,17 |
| Итого | | | 459,84 | 24,84 | 29,34 | 65,04 | - | 108,64 |
| 1-4_2смена | | | | | | | | |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками 250/20 | Обед | 137,98 | 3,86 | 8,58 | 17,59 | 270 | 32,08 |
| - | Фрикадельки из филе кур | Обед | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 100 | 70,36 |
| - | Макаронные изделия отварные с сыром | Обед | 245,82 | 8,55 | 7,95 | 34,99 | 150 | 24,64 |
| - | Компот "ассорти" | Обед | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 17,31 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 48,35 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 25 | 1,83 |
| - | Яблоко | Обед | 18,68 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 100 | 16,73 |
| Итого | | | 730,43 | 29,98 | 28,09 | 97,59 | - | 162,95 |
| 1-4_обед | | | | | | | | |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками 250/20 | Обед | 137,98 | 3,86 | 8,58 | 17,59 | 270 | 32,08 |
| - | Фрикадельки из филе кур | Обед | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 100 | 70,36 |
| - | Макаронные изделия отварные | Обед | 216 | 6 | 6,6 | 31,8 | 150 | 16,59 |
| - | Чай лимонный | Обед | 60 | 0,3 | 0,02 | 15,2 | 200 | 6,70 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Обед | 71,46 | 2,22 | 0,18 | 15,25 | 35 | 3,20 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 48,35 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 25 | 1,95 |
| Итого | | | 725,79 | 28,53 | 26,48 | 97,29 | - | 130,88 |

| № рец. | Блюдо | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, ₽ |
|------------------------|--------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| 1-4_ОВЗ | | | | | | | | |
| - | Омлет натуральный с маслом сл 200/5 | Завтрак | 281,64 | 19,45 | 21,2 | 22,32 | 205 | 67,09 |
| - | Йогурт 2,5% | Завтрак | 73,2 | 3,63 | 8 | 17,87 | 125 | 36,33 |
| - | Чай с сахаром | Завтрак | 53,96 | 0,18 | 0,02 | 13,96 | 200 | 3,05 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Завтрак | 51,04 | 1,58 | 0,12 | 10,89 | 25 | 2,17 |
| Итого (завтрак) | | | 459,84 | 24,84 | 29,34 | 65,04 | - | 108,64 |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками 250/20 | Обед | 137,98 | 3,86 | 8,58 | 17,59 | 270 | 32,08 |
| - | Фрикадельки из филе кур | Обед | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 100 | 70,36 |
| - | Макаронные изделия отварные с сыром | Обед | 245,82 | 8,55 | 7,95 | 34,99 | 150 | 24,64 |
| - | Компот "ассорти" | Обед | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 17,31 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 48,35 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 25 | 1,83 |
| - | Яблоко | Обед | 18,68 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 100 | 16,73 |
| Итого (обед) | | | 730,43 | 29,98 | 28,09 | 97,59 | - | 162,95 |
| Итого | | | 1 190,27 | 54,82 | 57,43 | 162,63 | - | 271,59 |
| 5-11_ОВЗ | | | | | | | | |
| - | Омлет натуральный с маслом сл 200/10 | Завтрак | 281,64 | 19,45 | 21,2 | 22,32 | 210 | 70,10 |
| - | Йогурт 2,5% | Завтрак | 73,2 | 3,63 | 8 | 17,87 | 125 | 36,33 |
| - | 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 | 3,73 |
| Итого (завтрак) | | | 504,4 | 26,03 | 29,48 | 74,15 | - | 116,86 |
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Обед | 153,5 | 2,02 | 12,12 | 9,58 | 100 | 38,53 |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками 250/20 | Обед | 137,98 | 3,86 | 8,58 | 17,59 | 270 | 32,08 |
| - | Фрикадельки из филе кур с маслом | Обед | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 105 | 80,38 |
| - | Макаронные изделия отварные с сыром | Обед | 327,76 | 11,4 | 10,6 | 46,66 | 200 | 11,35 |
| - | Компот "ассорти" | Обед | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 17,31 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 67,69 | 2,31 | 0,42 | 11,69 | 35 | 2,76 |
| - | Батон с отрубями | Обед | 100,76 | 2,98 | 0,3 | 21,11 | 45 | 3,73 |
| - | Яблоко | Обед | 20,55 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 110 | 18,40 |
| Итого (обед) | | | 1 087,84 | 38,53 | 43,32 | 144,27 | - | 204,54 |
| Итого | | | 1 592,24 | 64,56 | 72,8 | 218,42 | - | 321,40 |

| № рец. | Блюдо | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, ₽ |
|---------------------|--------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| 5-11_ОК-1_лг | | | | | | | | |
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Завтрак 2 | 38,38 | 0,51 | 3,03 | 2,4 | 25 | 9,64 |
| - | Фрикадельки из филе кур с маслом | Завтрак 2 | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 105 | 80,38 |
| - | Макаронные изделия отварные с сыром | Завтрак 2 | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 10,21 |
| - | Чай лимонный | Завтрак 2 | 60 | 0,3 | 0,02 | 15,2 | 200 | 6,70 |
| - | Хлеб ржаной | Завтрак 2 | 87,03 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 45 | 3,23 |
| - | Яблоко | Завтрак 2 | 20,55 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 110 | 18,40 |
| Итого | | | 692,94 | 28,98 | 24,37 | 94,5 | - | 128,56 |
| 5-11_ОК-1_pc | | | | | | | | |
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Завтрак 2 | 38,38 | 0,51 | 3,03 | 2,4 | 25 | 9,64 |
| - | Фрикадельки из филе кур с маслом | Завтрак 2 | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 105 | 80,38 |
| - | Макаронные изделия отварные с сыром | Завтрак 2 | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 10,21 |
| - | Чай лимонный | Завтрак 2 | 60 | 0,3 | 0,02 | 15,2 | 200 | 6,70 |
| - | Хлеб ржаной | Завтрак 2 | 87,03 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 45 | 3,23 |
| - | Яблоко | Завтрак 2 | 20,55 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 110 | 18,40 |
| Итого | | | 692,94 | 28,98 | 24,37 | 94,5 | - | 128,56 |
| 5-11_ОК-2_лг | | | | | | | | |
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Обед | 107,45 | 1,41 | 8,48 | 6,71 | 70 | 26,97 |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками 250/20 | Обед | 137,98 | 3,86 | 8,58 | 17,59 | 270 | 32,08 |
| - | Фрикадельки из филе кур с маслом | Обед | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 105 | 80,38 |
| - | Макаронные изделия отварные с сыром | Обед | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 10,21 |
| - | Компот "ассорти" | Обед | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 17,31 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 87,03 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 45 | 3,50 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Обед | 91,88 | 2,85 | 0,23 | 19,61 | 45 | 3,99 |
| - | Яблоко | Обед | 20,55 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 110 | 18,40 |
| Итого | | | 1 019,47 | 37,31 | 38,67 | 138,57 | - | 192,84 |

| № рец. | Блюдо | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, ₽ |
|-------------------------------|--------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| 5-11_ОК-2_pc | | | | | | | | |
| - | Помидор свежий "Пикантный" | Обед | 107,45 | 1,41 | 8,48 | 6,71 | 70 | 26,97 |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками 250/20 | Обед | 137,98 | 3,86 | 8,58 | 17,59 | 270 | 32,08 |
| - | Фрикадельки из филе кур с маслом | Обед | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 105 | 80,38 |
| - | Макаронные изделия отварные с сыром | Обед | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 10,21 |
| - | Компот "ассорти" | Обед | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 17,31 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 87,03 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 45 | 3,50 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Обед | 91,88 | 2,85 | 0,23 | 19,61 | 45 | 3,99 |
| - | Яблоко | Обед | 20,55 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 110 | 18,40 |
| Итого | | | 1 019,47 | 37,31 | 38,67 | 138,57 | - | 192,84 |
| 5-11_ЧСС | | | | | | | | |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками | Обед | 115,75 | 3,26 | 7,05 | 15,15 | 220 | 22,10 |
| - | Чай лимонный | Обед | 60 | 0,3 | 0,02 | 15,2 | 200 | 6,70 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 48,35 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 25 | 1,76 |
| - | Пирог к чаю | Обед | - | - | - | - | 70 | 39,44 |
| Итого | | | 224,1 | 5,21 | 7,37 | 38,7 | - | 70,00 |
| без глютена_1-4_1смена | | | | | | | | |
| - | Йогурт 2,5% | Завтрак | 73,2 | 3,63 | 8 | 17,87 | 125 | 36,33 |
| - | Омлет натуральный м.р. | Завтрак | 211,23 | 14,59 | 15,9 | 16,74 | 150 | 39,58 |
| - | Чай лимонный | Завтрак | 60 | 0,3 | 0,02 | 15,2 | 200 | 6,70 |
| - | Хлебец | Завтрак | 32,82 | 1 | 0,44 | 5,88 | 5 | 3,44 |
| - | Яблоко | Завтрак | 25,22 | 0,54 | 0,54 | 13,23 | 135 | 22,59 |
| Итого | | | 402,47 | 20,06 | 24,9 | 68,92 | - | 108,64 |
| без глютена_1-4_2смена | | | | | | | | |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками 250/20 | Обед | 137,98 | 3,86 | 8,58 | 17,59 | 270 | 32,08 |
| - | Филе птицы отварное соус томатный | Обед | 144,53 | 8,51 | 9,9 | 7,43 | 100 | 45,62 |
| - | Рис "Золотистый" с куркумой | Обед | 181,83 | 4,31 | 7,8 | 30,75 | 150 | 17,88 |
| - | Компот "ассорти" | Обед | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 17,31 |
| - | Хлебец | Обед | 26,25 | 0,8 | 0,35 | 4,7 | 4 | 2,74 |
| - | Нектарины | Обед | 42,03 | 0,9 | 0,9 | 22,05 | 180 | 47,32 |
| Итого | | | 620,22 | 19,4 | 27,59 | 100,28 | - | 162,95 |

| № рец. | Блюдо | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, ₽ |
|-------------------------------|--------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| без_лактозы_1-4_1смена | | | | | | | | |
| - | Фрикадельки из филе кур | Завтрак | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 100 | 70,36 |
| - | Рис "Золотистый" с куркумой | Завтрак | 181,83 | 4,31 | 7,8 | 30,75 | 150 | 9,55 |
| - | 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 | 3,63 |
| - | Яблоко | Завтрак | 20,55 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 110 | 18,40 |
| Итого | | | 543,94 | 22,2 | 19,32 | 84,59 | - | 108,64 |
| без_лактозы_1-4_2смена | | | | | | | | |
| - | Суп-пюре из овощей с гренками 250/20 | Обед | 137,98 | 3,86 | 8,58 | 17,59 | 270 | 32,08 |
| - | Фрикадельки из филе кур | Обед | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 100 | 71,06 |
| - | Макаронные изделия отварные | Обед | 216 | 6 | 6,6 | 31,8 | 150 | 16,59 |
| - | Компот "ассорти" | Обед | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 17,31 |
| - | Хлеб крестьянский витаминный | Обед | 122,5 | 3,8 | 0,3 | 26,14 | 60 | 5,56 |
| - | Хлеб ржаной | Обед | 48,35 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 25 | 1,95 |
| - | Яблоко | Обед | 20,55 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 110 | 18,40 |
| Итого | | | 824,98 | 31,27 | 27,08 | 121,52 | - | 162,95 |
| Завтрак | | | | | | | | |
| - | Пирог к чаю | Завтрак | - | - | - | - | 70 | 39,44 |
| - | Компот из ягод "Ассорти" | Завтрак | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 10,56 |
| Итого | | | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | - | 50,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| - | Сок в ассортименте | Полдник | 86,48 | 1 | 0,2 | 20,6 | 200 | 23,90 |
| - | Пирожок печеный с мясом луком | Полдник | - | - | - | - | 100 | 45,59 |
| - | Яблоко | Полдник | 22,6 | 0,48 | 0,48 | 11,86 | 121 | 20,14 |
| Итого | | | 109,08 | 1,48 | 0,68 | 32,46 | - | 89,63 |

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

| Организация | ФИО | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
|---|--------------------------------|------------------------|---|
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" | КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА | 08.10.2025 15:33:57 | 01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D |
| МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия" | ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА | 08.10.2025 16:45:17 | E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211 |

Меню на 09.10.2025

| СВОБОДНЫЙ ВЫБОР | | | | | | | | |
|-----------------------|---|-----------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|--------------|
| № рец. | Блюдо | Горячее питание | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, ₽ |
| Закуски | | | | | | | | |
| - | Салат "Столичный" | Нет | - | - | - | - | 100 | 53,90 |
| - | Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной | Нет | - | - | - | - | 100 | 40,33 |
| - | Салат "Аппетитный" | Нет | - | - | - | - | 100 | 16,12 |
| 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 |
| - | Макаронные изделия отварные с сыром | Нет | 294,98 | 10,26 | 9,54 | 41,99 | 180 | 10,21 |
| Блюда из рыбы | | | | | | | | |
| - | Рыба "Провансаль" | Нет | - | - | - | - | 100 | 82,63 |
| Блюда из мяса | | | | | | | | |
| - | Шницель мясной с отрубями | Нет | 216 | 16,3 | 11,4 | 12,9 | 100 | 64,23 |
| - | 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 |
| Блюда из птицы | | | | | | | | |
| - | Филе куриное запеч.с сыром помидором | Нет | 218,81 | 13,82 | 18,87 | 9,92 | 100 | 98,26 |
| - | Котлета из мяса птицы | Нет | 190 | 12 | 13,13 | 9,2 | 100 | 66,70 |
| - | Фрикадельки из филе кур | Нет | 192 | 14,5 | 10,8 | 9,1 | 100 | 71,06 |
| Напитки | | | | | | | | |
| - | Компот "ассорти" | Нет | 87,6 | 1,02 | 0,06 | 17,76 | 200 | 17,31 |
| - | 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 | 39,39 |
| - | Пирожок печениый с мясом луком | Нет | 126 | 8 | 8,6 | 4,07 | 100 | 51,34 |
| - | Булочка с корицей | Нет | - | - | - | - | 100 | 20,20 |
| - | Пирожок печ. с капустой и яйцом | Нет | 200 | 3,63 | 5,25 | 30,25 | 100 | 19,67 |
| - | Пирожок слоеный с яблоком | Нет | - | - | - | - | 100 | 31,13 |
| - | Шаньга со сметаной | Нет | 30 | 1,5 | 2,35 | 0,25 | 100 | 25,58 |

| № рец. | Блюдо | Горячее питание Калорийность, ккал | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, ₽ |
|--------|----------------------------|------------------------------------|-------|----------|---------|-------------|----------|--------------|
| - | Булочка "Варюша" | Нет | - | - | - | - | 110 | 28,25 |
| - | Слойка с клубникой | Нет | 157,5 | 4,68 | 5,22 | 17,47 | 70 | 38,40 |
| - | Слойка с персиком | Нет | - | - | - | - | 70 | 39,60 |
| - | Пирожок слоеный с повидлом | Нет | - | - | - | - | 100 | 29,23 |

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

| Организация | ФИО | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
|---|--------------------------------|------------------------|---|
| ООО "ГЛОБУСПРЕССУРС" | КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА | 08.10.2025 15:33:57 | 01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D |
| МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия" | ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА | 08.10.2025 16:45:17 | E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211 |