

Меню на 14.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Тефтели мясные с соусом молочным	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	66,59
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,23
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
Итого			616,31	21,32	22,94	121,27	-	108,64
1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	270	34,66
-	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	24,53
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,17
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,04
Итого			736,65	29,33	30,98	86,33	-	162,95
1-4_обед								
-	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10	Обед	152,72	3,7	8,16	23,78	210	17,93
-	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	24,53
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,81
Итого			558,93	18,36	22,45	87,33	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Тефтели мясные с соусом молочным	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	66,59
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,23
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
Итого (завтрак)			616,31	21,32	22,94	121,27	-	108,64
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	270	34,66
-	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
-	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	24,53
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,17
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,04
Итого (обед)			736,65	29,33	30,98	86,33	-	162,95
Итого			1 352,96	50,65	53,92	207,6	-	271,59
5-11_ОВЗ								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	19,27
-	Тефтели мясные с соусом молочным	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	66,59
-	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Батон с отрубями	Завтрак	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,66
Итого (завтрак)			702,77	23	26,59	133,76	-	120,15
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	63,34
-	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	29,44
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,17
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,73
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,11
Итого (обед)			838,53	32,36	32,74	102,56	-	201,25
Итого			1 541,3	55,36	59,33	236,32	-	321,40

№ 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
-	Рыба, запеченная под мол.соусом	Завтрак 2	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
-	Пюре картофельное	Завтрак 2	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
-	Напиток из шиповника	Завтрак 2	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,04
Итого			483,87	16,48	17,55	115,29	-	128,56
5-11 ОК-1_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Рыба, запеченная под мол.соусом	Завтрак 2	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
-	Пюре картофельное	Завтрак 2	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
-	Напиток из шиповника	Завтрак 2	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,04
Итого			483,87	16,48	17,55	115,29	-	128,56
5-11 ОК-2_лг								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	272	56,29
-	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
-	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,13
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого			833,9	32,95	33,55	140,31	-	192,84
5-11 ОК-2_рс								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	272	56,29
-	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
-	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,13
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого			833,9	32,95	33,55	140,31	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
-	Борщ со сметаной 250/5	Обед	132,5	2,5	10,62	16,37	255	19,00
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,82
-	Пирог к чаю	Обед	-	-	-	-	85	45,13
Итого			247,71	4,58	10,79	43,4	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Тефтели "Ежики" из мяса	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	100	58,68
-	Овощи припущенные	Завтрак	126,9	2,65	4,43	12,6	150	22,89
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Хлебец	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	6	3,82
Итого			474,88	16,04	21,47	90,36	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	272	56,29
-	Рыба припущенная	Обед	113,76	17,83	5,92	7,38	100	52,94
-	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,17
-	Хлебец	Обед	45,94	1,4	0,61	8,23	7	4,77
Итого			697	36,65	28,2	79,92	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	69,08	0,91	5,45	4,31	45	17,34
-	Тефтели мясные с соусом молочным	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	66,59
-	Макароны отварные с м.р.	Завтрак	220,73	6,36	3,58	39,86	150	8,28
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	55,74	200	9,76
-	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,56
-	Хлеб ржаной	Завтрак	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого			711,6	24,04	22,05	143,65	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_лактозы_1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	272	56,29
-	Рыба припущенная	Обед	113,76	17,83	5,92	7,38	100	52,94
-	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,17
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,73
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,04
Итого			761,74	38,77	27,97	94,13	-	162,95

Завтрак								
-	Пирог к чаю	Завтрак	-	-	-	-	85	45,13
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
Итого			60	0,3	-	15,2	-	50,00

Полдник								
-	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Слойка с клубникой	Полдник	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
-	Нектарины	Полдник	24,52	0,53	0,53	12,86	105	27,33
Итого			268,5	6,21	5,95	50,93	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.10.2025 10:43:48	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	13.10.2025 15:14:42	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 14.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
-	Винегрет овощной с зеленым горошком	Нет	-	-	-	-	120	24,74
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	53,90
Супы								
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Нет	263,15	14,05	13,7	13,42	272	56,29
Гарниры								
-	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
-	Картофель запеченый	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	-	-	-	-	100	100,48
Блюда из мяса								
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	81,20
-	Гуляш	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	68,23
-	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,92
Блюда из птицы								
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,70
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	94,75
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	112,37
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 ягод	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	12,17
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	-	-	-	-	75	23,37

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
-	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	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
-	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	54,97
-	Булочка домашняя	Нет	310,29	5,28	11,09	47,35	100	25,62

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.10.2025 10:43:48	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	13.10.2025 15:14:42	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211