

**Меню на 20.10.2025**

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	47,04
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,38
-	Кофеинный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	10,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,52
-	Нектарины	Завтрак	22,18	0,48	0,48	11,64	95	24,98
<b>Итого</b>			<b>617,77</b>	<b>20,1</b>	<b>24,65</b>	<b>87,76</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	41,48
-	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	62,42
-	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,53
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,62
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,54
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Нектарины	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	80	21,03
<b>Итого</b>			<b>846,89</b>	<b>30,6</b>	<b>28,57</b>	<b>128,37</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	27,34
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Обед	216	16,3	11,4	12,9	150	75,87
-	Рис припущеный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,93
-	Чай с лимоном	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,06
<b>Итого</b>			<b>806,05</b>	<b>35,42</b>	<b>25,62</b>	<b>104,76</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	47,04
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,38
-	Кофеинный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	10,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,52
-	Нектарины	Завтрак	22,18	0,48	0,48	11,64	95	24,98
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>617,77</b>	<b>20,1</b>	<b>24,65</b>	<b>87,76</b>	-	<b>108,64</b>
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,62
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/15	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	265	34,42
-	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	62,42
-	Рис припущеный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,93
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,62
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,06
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
<b>Итого (обед)</b>			<b>902,12</b>	<b>32,12</b>	<b>31,11</b>	<b>135,24</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Итого</b>			<b>1 519,89</b>	<b>52,22</b>	<b>55,76</b>	<b>223</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	60,96
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,38
-	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	18,68	0,4	0,4	9,8	80	21,03
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>671,43</b>	<b>22,44</b>	<b>26,09</b>	<b>93,96</b>	-	<b>120,28</b>
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	23,11
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	55,63
-	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	62,42
-	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,53
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,62
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,62
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
<b>Итого (обед)</b>			<b>997,54</b>	<b>33,62</b>	<b>36,24</b>	<b>145,94</b>	-	<b>201,12</b>
<b>Итого</b>			<b>1 668,97</b>	<b>56,06</b>	<b>62,33</b>	<b>239,9</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	75,87
-	Рис припущеный с томатом	Завтрак 2	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,53
-	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,12
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,33
-	Нектарины	Завтрак 2	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>614,71</b>	<b>24,73</b>	<b>17,38</b>	<b>96,92</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11_ОК-1_pc</b>								
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Завтрак 2	216	16,3	11,4	12,9	150	75,87
-	Рис припущеный с томатом	Завтрак 2	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,53
-	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,12
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,33
-	Нектарины	Завтрак 2	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>614,71</b>	<b>24,73</b>	<b>17,38</b>	<b>96,92</b>	-	<b>128,56</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<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	55,63
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Обед	216	16,3	11,4	12,9	150	75,87
-	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,53
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,62
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,21
-	Нектарины	Обед	22,18	0,48	0,48	11,64	95	24,98
<b>Итого</b>			<b>867,25</b>	<b>35,51</b>	<b>26,61</b>	<b>126,9</b>	-	<b>192,84</b>
<b>5-11_ОК-2_pc</b>								
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	55,63
-	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Обед	216	16,3	11,4	12,9	150	75,87
-	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,53
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,62
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,21
-	Нектарины	Обед	22,18	0,48	0,48	11,64	95	24,98
<b>Итого</b>			<b>867,25</b>	<b>35,51</b>	<b>26,61</b>	<b>126,9</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	11,86
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,20
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,62
-	Пирожок слоеный с ягодами	Обед	-	-	-	-	95	43,32
<b>Итого</b>			<b>266,9</b>	<b>6,19</b>	<b>4,57</b>	<b>48,5</b>	-	<b>70,00</b>
<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	23,38
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	5	3,47
-	Нектарины	Завтрак	26,85	0,57	0,57	14,09	115	30,23
<b>Итого</b>			<b>471,73</b>	<b>15,11</b>	<b>16</b>	<b>79,4</b>	-	<b>108,64</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<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	39,97
-	Мясо отварное соус	Обед	-	-	-	-	100	71,56
-	Рис припущенный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,93
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,62
-	Хлебец	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	6	4,21
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,66
<b>Итого</b>			<b>595,37</b>	<b>17,96</b>	<b>14,64</b>	<b>101,13</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	62,42
-	Каша ячневая вязкая	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	12,11
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,43
-	Нектарины	Завтрак	22,18	0,48	0,48	11,64	95	24,98
<b>Итого</b>			<b>547,13</b>	<b>19,79</b>	<b>21,43</b>	<b>87,13</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	41,48
-	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	62,42
-	Рис припущенный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,93
-	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	12,62
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,07
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
<b>Итого</b>			<b>843,97</b>	<b>30,24</b>	<b>30,02</b>	<b>125,98</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Завтрак</b>								
-	Пирожок слоеный с ягодами	Завтрак	-	-	-	-	95	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>
<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	17.10.2025 08:58:42	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	17.10.2025 10:19:04	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

## Меню на 20.10.2025

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	40,32
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	100	53,73
<b>Супы</b>							
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Нет	273,8	12,65	9,53	31,53	280
							55,63
<b>Гарниры</b>							
-	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180
-	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180
-	Каша гречневая вязкая	Нет	174,6	5,22	5,76	32,04	180
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180
							19,81
<b>Блюда из рыбы</b>							
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	100	100,40
<b>Блюда из мяса</b>							
-	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100
-	Плов из филе кур 250	Нет	358,81	18,82	22,57	49,62	250
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100
							68,20
<b>Блюда из птицы</b>							
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100
							66,03
<b>Напитки</b>							
-	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200
-	Компот из ягод "Ассорти"	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200
							12,62
<b>Мучные изделия</b>							
-	Булочка с корицей	Нет	148,91	2,59	4,32	24,93	100
-	Пирожок слоеный с творогом	Нет	66,67	3,33	5,07	146,67	100
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100
-	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	75
-	Расстегай	Нет	295,79	8,34	5,87	50,9	105
-	Пирожок печеньй с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75
							40,11

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	17.10.2025 08:58:42	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	17.10.2025 10:19:04	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211