

Меню на 21.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	15,34
-	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	3,49
Итого			690,38	21,49	28,7	88,33	-	108,64
1-4_2смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Борщ с мясом сметаной 250/5/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	265	28,33
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,19
Итого			512,47	10,79	18,67	80,47	-	162,95
1-4_обед								
-	Борщ с мясом сметаной 250/5/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	265	28,33
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	90,91
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,14
Итого			432,47	9,31	16,13	69,44	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	15,34
-	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	3,49
Итого (завтрак)			690,38	21,49	28,7	88,33	-	108,64
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Борщ с мясом сметаной 250/5/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	265	28,33
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,19
Итого (обед)			512,47	10,79	18,67	80,47	-	162,95
Итого			1 202,85	32,28	47,37	168,8	-	271,59
5-11_ОВЗ								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,41
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
Итого (завтрак)			709,35	22,24	28,55	93,69	-	105,69
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	63,32
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,33
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,49
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого (обед)			615,05	21,44	20,58	82,4	-	215,71
Итого			1 324,4	43,68	49,13	176,09	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-1_лг								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Рагу из мяса с овощами	Завтрак 2	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,24
Итого			272,56	5,42	6,6	46,98	-	128,56

5-11 ОК-1_рс								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Рагу из мяса с овощами	Завтрак 2	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,24
Итого			272,56	5,42	6,6	46,98	-	128,56

5-11 ОК-2_лг								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	285	56,99
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,62
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,50
Итого			662,36	23,19	20,89	82,86	-	192,84

5-11 ОК-2_рс								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	285	56,99
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	102,08	3,17	0,25	21,78	50	4,62
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,50
Итого			662,36	23,19	20,89	82,86	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
-	Борщ с капустой и картофелем 200	Обед	174,8	4,53	9,21	24,9	200	12,70
-	Хлеб ржаной	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,65
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Пирог к чаю	Обед	-	-	-	-	100	46,95
Итого			331,5	8,13	9,83	56,8	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	15,34
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	5	3,49
Итого			633,64	19,84	28,88	75,45	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/15/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	275	41,69
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлебец	Обед	13,13	0,4	0,17	2,35	2	1,23
Итого			455,68	17,05	17,85	46,48	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	15,41
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	15,34
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,57
Итого			631,82	20,06	28,08	75,77	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	15,35	0,2	1,21	0,96	10	3,85
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	270	34,66
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,41
Итого			569,85	20,16	19,22	68,54	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак								
-	Пирог к чаю	Завтрак	-	-	-	-	100	46,95
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Итого			53,96	0,18	0,02	13,96	-	50,00

Полдник								
-	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Полдник	200	3,63	5,25	30,25	100	19,67
-	Яблоко свежее	Полдник	65,72	0,54	0,54	92,64	135	22,40
-	Нектарины	Полдник	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
Итого			373,22	5,62	6,44	154,52	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	18.10.2025 14:19:08	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	18.10.2025 16:01:03	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 21.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
-	Салат "Крабик" с капустой	Нет	-	-	-	-	100	42,03
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	53,74
Супы								
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Нет	263,15	14,05	13,7	13,42	280	48,74
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 вязкая	Нет	174,6	5,22	5,76	32,04	180	15,25
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	100	127,15
Блюда из мяса								
-	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,57
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	68,28
Блюда из птицы								
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	112,37
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,70
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 яблок с сухофруктами	Нет	69	0,1	-	16,1	200	9,11
Мучные изделия								
-	Булочка "Ореховая"	Нет	-	-	-	-	100	18,06
-	Булочка с корицей	Нет	148,91	2,59	4,32	24,93	100	28,26
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	26,54
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
-	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	75	23,34
-	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	21,70
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	18.10.2025 14:19:08	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	18.10.2025 16:01:03	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211